Educația prin iubire

Ediția a III-a

Traducere din limba engleză de
IRINA-MARGARETA NISTOR

PRIMELE CUVINTE DIN PARTEA LUI ROSS...

Încă o carte despre cum să fii părinte? Avem deja vreo „cinci!" Așa ați gândit când ați văzut acest titlu?

Da, într-adevăr, aveți în față o nouă carte despre educația copilului, dar ea poate fi cu totul altfel decât cele pe care le aveți deja în bibliotecă. De fapt, ea vă oferă o opțiune irezistibilă și foarte limpede asupra felului în care puteți crea o relație interactivă cu copiii voștri.

Această carte se adresează acelora dintre voi care consideră că felul în care au abordat educația de-a lungul anilor pur și simplu nu a adus roadele sperate. Ceva n-a fost în regulă și habar n-aveți ce anume, având în vedere că cei care v-au prescris metoda de până acum nu v-au explicat și motivul pentru care n-a funcționat. De asemenea, această carte se adresează părinților cu copii mici care speră să poată evita diverse probleme pe care le-au remarcat la alte familii.

Având în vedere că am început un nou secol — și un nou mileniu — această lume într-o continuă și rapidă mișcare contribuie la crearea a tot mai multe probleme cu care se pot confrunta copiii noștri. Mulți dintre acești copii provin din cele mai bune familii și din minunați părinți creștini. Și totuși, acești părinți nu înțeleg ce s-a întâmplat cu familiile lor care erau cândva fără cusur.

Să vă dau câteva lămuriri în legătură cu ce poate să se fi întâmplat — și pe care le vom cerceta mai în amănunt pe parcursul acestei cărți. Copilul vostru este o personalitate complexă, nefiind definit doar de o înșiruire de comportamente. A fi părinte nu se rezumă la simplul fapt de a-i controla comportamentul; educația trebuie să fie un mijloc de atingere a scopului final, acela de a vă ajuta copilul să-și asume, în cele din urmă, răspunderea pentru propriul

comportament. Din pricina acestui scop pe termen lung al educației, reacția ta la anumite comportamente de-ale lui poate să afecteze modalitatea de autopercepție a copilului, relațiile și stabilitatea lui sufletească. Asta înseamnă că voi, ca părinți, trebuie să anticipați niște lucruri și nu doar să reacționați la ceea ce face el.

Educația bazată în special pe reacția părinților la anumite comportamente de-ale copilului nu reușește să țină seama de importanța și de potențialul întregii personalități a copilului, creat după chipul și asemănarea lui Dumnezeu. Sper ca această carte să vă ajute să conștientizați că părinților le revine o răspundere sfântă, și anume de a prețui trecutul, prezentul și viitorul copilului. Dacă nu veți realiza acest lucru, copilul va avea mari neajunsuri în viață și vor exista multe probleme în cămin. Știu că vreți ca totul să vă iasă bine încă de prima dată. *Educația prin iubire* vă va îndrepta pașii spre o educare pozitivă a copiilor, astfel încât aceștia să fie buni și puternici într-o lume tulbure.

Părinții iubitori care anticipează situațiile și care își fac un plan concret pe măsură ce își cresc copilul vor reuși să-l transforme într-un prieten pe viață. Sunt convins că asta vă doriți și voi. Chiar dacă deocamdată aveți impresia că vă aflați într-o mare încurcătură, să știți că există soluții. Citiți mai departe.

Dr. ROSS CAMPBELL
Chattanooga, Tennessee
Iulie 1999

1

CELE DOUĂ METODE DE EDUCAȚIE

Asemeni valurilor furtunii ce se abate în plină beznă, societatea care nu-și găsește lumina bântuie fără rost în căutarea adevărului.
Familiile, copiii încă nenăscuți, stabilitatea, pacea și viitorul, toate sunt în primejdie în prezent.

JOSEPH STOWELL

„Mary era un copil atât de minunat și de bine-crescut", mi-a spus îndurerată mama ei, Beth, venind împreună cu soțul ei, Dan, la mine, să mă consulte. „Era un copil atât de vesel și rareori ne-a făcut probleme. Prietenii noștri spuneau că este un copil ideal. Am încercat să-i împărtășim toate lucrurile bune de care aveam cunoștință — am familiarizat-o cu biserica, muzica și sporturile. Un timp, Dan a fost chiar și la karate cu ea.

Mai avea niște mici conflicte cu sora și cu fratele ei din când în când", a continuat mama ei. „Dar acum sunt foarte apropiați. Uneori părea foarte abătută și avea perioade când nu voia să împărtășească nimănui nimic din ceea ce i se întâmpla. Și ne-am gândit că așa e ea. În majoritatea timpului părea mulțumită. Mary a avut întotdeauna mulți prieteni.

Nu era necuviincioasă, era săritoare și foarte disciplinată — a avut Dan grijă de asta. Cum e cu putință ca un copil căruia i-ai oferit totul și care părea atât de disciplinat să ajungă în halul ăsta? Nu ne-am gândit niciodată că s-ar putea apuca de droguri. Suntem total dezorientați în privința celor cu care s-a înhăitat de când a terminat facultatea. Și când te gândești că am ales un colegiu creștin tocmai pentru a preveni asemenea situații! Acum vrea să se mărite cu un imigrant ilegal — cel despre care bănuim,

de altfel, că a lăsat-o gravidă. Trăim un adevărat coșmar, nu alta!"

„Când ați observat prima schimbare la Mary?" am întrebat. „În primul an de facultate, când am mers pentru prima oară la ea", mi-a răspuns Dan. „Nu s-a bucurat să ne vadă, dar n-am dat prea mare importanță faptului, pentru că avea note bune și am rămas cu impresia că s-a adaptat foarte bine în mediul universitar. Când notele ei au început să devină îngrijorător de proaste și am văzut că tot schimba specialitatea, ne-am dat seama că are o problemă gravă. În final a absolvit, dar asta după ce a ales o facultate care o solicita cel mai puțin."

„V-a povestit cumva Mary cum își petrecea timpul liber?"

„Tocmai asta ne-a deranjat cel mai tare. Deși ne vorbea mereu despre tot felul de lucruri în care părea implicată, n-am știut niciodată cu adevărat ce se întâmpla în viața ei socială și spirituală. Am crezut că s-a înscris într-o organizație creștină din campusul universitar și că duce o viață obișnuită de studentă. Habar n-aveam că lua droguri sau că s-a încurcat cu David.

Oare unde am greșit, dr. Campbell? Cum am putea s-o ajutăm acum? O iubim și am vrea să facem parte din viața ei, dar este atât de rece cu noi. N-aș putea spune că e ostilă, dar este distantă. E de nerecunoscut, s-a schimbat mult de când a plecat la facultate. Ce putem face?"

Povestea lui Mary

Când am contactat-o pe Mary și am întrebat-o dacă vrea să stăm de vorbă, la început m-a refuzat. Totuși, un preot al tinerilor care izbutise să se apropie de ea a convins-o, într-un final, să vină la mine. Cum stătea ea așa, la mine în cabinet, am constatat că este o tânără atrăgătoare de 22 de ani, dar care părea tristă și destul de neglijentă. Se

vedea că este însărcinată, se deplasa cu multă dificultate, pe chip nu i se citea nimic și părea foarte retrasă. După câteva minute de discuții diverse despre facultate, familie și prieteni, Mary a început să-mi spună o poveste foarte tristă.

„Nici nu știu prea bine de unde să încep, dr. Campbell. Îmi iubesc părinții și familia și am avut o copilărie frumoasă. Nu mi s-a întâmplat nimic îngrozitor, așa cum a fost cazul cu mulți dintre prietenii mei. Ca să spun drept, nici nu înțeleg cum de-am ajuns într-o asemenea încurcătură. Am vrut să devin specialistă în biologie marină, dar n-am fost în stare să mă adun. Când n-am mai luat note bune, mi-am pierdut orice fel de interes. Deși am avut prieteni grozavi și multe șanse la facultate, pur și simplu n-am fost fericită. Profesorii au încercat să mă ajute în toate felurile, dar n-a mers nimic."

„Dar cum te descurcai în relațiile cu ceilalți înainte de facultate și cum te-ai descurcat după aceea?" am întrebat eu.

„În liceu am avut câțiva iubiți — în măsura în care mi-am dorit asta. N-am făcut sex, dacă asta era întrebarea, dar au existat câțiva băieți în viața mea. La facultate a fost cam la fel. Până la David, nu m-am culcat cu nimeni. L-am cunoscut pe când aveam un job de chelneriță în timpul liber, ca să câștig ceva bani. El era picolo — nu are încă drept de muncă. Familia lui vrea să vină, și ea, în Statele Unite, iar David speră să-i ajute, dar mai întâi trebuie să-și clarifice propria situație."

„Mary, mai povestește-mi despre David", am rugat-o eu.

„Ei bine, este o persoană minunată care ține cu adevărat la mine. Nu este foarte credincios, dar este extrem de înțelegător. Îi pasă de oameni și vrea să-și ajute familia. Îmi spune că mă iubește cu adevărat și că mă va ajuta să scap de problema drogurilor. În privința asta, n-o duc prea bine — am urmat un tratament de dezintoxicare vreme de șase luni, dar nu pot spune că m-am lăsat definitiv. Un timp rezist

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

destul de bine, apoi o iau de la capăt. M-ați putea ajuta, domnule doctor?"

Povestea lui Mary nu este neobișnuită. Este o tânără sensibilă, cu suflet bun și lipsită de intenții rele. Numai că are probleme în privința hotărârilor pe care ar trebui să le ia. Pentru că este foarte influențabilă, persoanele mai puternice și mai egoiste profită adesea de ea. Mary este prototipul copilului devenit adult care nu reușește să se adapteze la vârstă — categorie rareori întâlnită până acum câțiva ani. Acești copii minunați și aparent normali, provenind din familii bune, ai căror părinți s-au străduit din răsputeri să le ofere o educație bună, trec prin adevărate crize sentimentale încă din primii ani de după majorat. Pentru cei care au cunoscut-o, Mary nu părea o candidată la probleme grave și nici genul de om care avea să-și distrugă viața. Ca, de altfel, nenumărați alți copii care se trezesc în situații similare. Cum ajung acești copii și adolescenți s-o apuce pe drumuri greșite? De regulă, aceste situații ni se par explicabile în cazul tinerilor care provin din familii sărace, unde sunt maltratați, sau din cămine dezorganizate în urma divorțurilor, dar nu în cazul copiiilor crescuți în familii creștine, iubitoare și echilibrate.

Două metode de educație

Putem explica oare faptul că tot mai mulți copii sfârșesc prost, inclusiv cei proveniți din familii bune? Da. Există niște răspunsuri clare care explică de ce atât de mulți copii precum și părinții lor au atât de multe probleme fără precedent până acum. Aceste răspunsuri nu sunt simple, deși multe dintre probleme își au originea la nivel educațional: felul în care reacționăm în raport cu nevoile copiilor noștri. Există două formulări care rezumă felul în care părinții rezolvă nevoile copiilor lor. Unii părinți practică *metoda educației prin reacție*. Alții aplică *o metodă proactivă la nivelul educației*. Diferența-cheie în privința rezultatelor acestor atitudini la nivel educațional este următoarea:

Educația prin reacție urmărește în special ceea ce fac copiii. Educația proactivă urmărește în special de ce au nevoie copiii.

Metoda prin reacție presupune o educație care are la bază un sistem de pedepse. Metoda proactivă anticipează și încearcă să satisfacă nevoile elementare ale copiilor. Această metodă pozitivă, proactivă, este cea mai eficientă în privința educației copilului.

Cheia educației eficiente

Exprimarea consecventă a iubirii față de copil stă la baza educației eficiente. Nu contează dacă ea variază ca formă de exprimare în funcție de timp și spațiu. Ceea ce contează cu adevărat este ca părinții să satisfacă nevoile copilului și ca acesta *să se simtă* iubit cu adevărat.

Nevoile esențiale ale copiilor nu se modifică. Sigur că există factori care se schimbă — contextul, factorii externi și modalitatea de exprimare în funcție de societatea respectivă — iar modificările pe care le-am constatat în ultimele decenii îi îndreptățesc pe părinți să se îngrijoreze, complicându-le foarte mult delicata misiune de a-și crește copiii. Adesea, societatea pare că face front comun împotriva a ceea ce încercăm noi să realizăm acasă. Și totuși, în ciuda acestei realități, trebuie să nu uităm: nevoile fundamentale ale copiilor rămân aceleași. Cea mai importantă nevoie constă în faptul că ei vor să se simtă iubiți.

Majoritatea părinților își iubesc copiii, dar nu toți își exprimă afecțiunea astfel încât să se facă înțeleși sau să satisfacă întru totul nevoile copilului. Dacă mediul cultural sau comunitatea din jur corespunde suficient valorilor familiei, părinții pot adesea să fie ceva mai puțin eficienți în educație, având în vedere că altcineva le va prelua această misiune. Dar atunci când copiii se dezvoltă într-un mediu cultural total diferit față de ceea ce cred și prețuiesc părinții,

sarcina de a satisface nevoile copiilor rămâne exclusiv asupra lor. Actualmente, aproape că nu ne mai putem permite greșeli.

Ca părinți care doresc să aibă copii responsabili, cu un caracter solid, așa cum se cuvine la acest început de secol, vă dați seama de amploarea misiunii care vă revine. În general, nu vă puteți baza pe școli, pe vecini sau pe comunități care să vă ajute în mod semnificativ. Adesea, nu puteți avea încredere nici în propriile rude sau în Biserică pentru a reîntări ceea ce îi învățați și le dați ca model copiilor acasă. Și categoric că nu puteți avea încredere în mijloacele de informare de masă având în vedere mesajele pe care se bazează.

Trăim într-o societate care adesea este pur și simplu împotriva copiilor. Să analizăm puțin ce se întâmplă:

- Nevoile copiilor nu mai sunt în general prioritare. Până și delincvenții înrăiți sunt mai ocrotiți decât mulți dintre copiii noștri.
- Multe școli au devenit un adevărat haos și nu refugiul în care copiii să poată învăța. Centrele de monitorizare a maladiilor cu sediul în Atlanta au inclus violența în școli ca principală preocupare în domeniul sănătății publice la nivelul întregii Americi.
- Cei din publicitate exploatează slăbiciunile și dorințele arzătoare ale tinerilor.
- Avorturile libere fac ca apariția unui copil să fie nu numai ceva opțional, dar chiar ceva de care ne putem lipsi. Când adulții nu doresc un copil, îl pot scoate din pântec „pentru a proteja drepturile femeii", ignorându-le pe cele ale copilului.
- Maltratarea copiilor rămâne o mare nenorocire a societății acestui început de secol XXI.*

* Fragmente adaptate din cartea lui Ross Campbell, *Kids in Danger* (*Copii în primejdie*), Colorado Springs: Chariot Victor, 1995, pp. 21–22.

Toate acestea înseamnă că voi, ca părinți, trebuie mai mult ca niciodată să înțelegeți nevoile copiilor, atât cele prezente cât și în perspectiva viitorului, pentru a acționa consecvent spre satisfacerea lor, în relativ puținii ani în care îi aveți pe cei dragi la voi în casă.

În ce „experți" vă puteți încrede?

În ultimele decenii, părinții au fost asaltați cu sfaturi în ceea ce privește educația copiilor. Acest potop de lucrări în domeniu reprezintă o inovație relativ recentă care a început lent în anii '70 și s-a accelerat treptat în următoarele două decenii. Sfaturile în privința educării copiilor au devenit o adevărată industrie în care există editori și organizații care concurează în privința influenței pe care o pot avea prin intermediul informațiilor respective.

Dispunând de atâtea sfaturi, pe cine să credeți mai întâi? Nu toți acești „experți" au căzut de acord asupra felului în care trebuie tratați copiii. Chiar și în această adevărată industrie a editurilor care publică tot mai multe lucrări cu conotație religioasă veți găsi diferențe semnificative în privința abordării educației pe care o pot da părinții. E greu de știut cum să evaluezi tot ceea ce auzi și citești, mai ales dacă ești un părinte conștiincios, care încerci să faci tot ce-ți stă în putință.

Și cărțile mele pot fi incluse în acest potop de informații, deși au fost altfel decât marea majoritate. În 1976, am scris prima carte pentru părinți, *How to Really Love Your Child* (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat copilul*), pentru că trebuia să ofer ceva părinților micilor mei pacienți. Această carte și cele care au urmat s-au bazat pe zeci de ani de experiență clinică în care am fost psihiatru de copii, dar și pe experiența mea de tată implicat trup și suflet. Ele pornesc de la studii aprofundate și se inspiră din experiența multor altor părinți, mame și tați iubitori, și evident își au rădăcinile în

adevărurile din Sfânta Scriptură. Principiile au fost probate în nenumărate cămine și situații din lumea întreagă.

După ce am scris *How to Really Love Your Child* (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat copilul*), pastorul meu, Ben Haden, m-a prezentat editurii Victor Books care a publicat cartea pentru o piață destul de largă. Am fost uluit să constat că ea a devenit un bestseller și ulterior a fost tradusă în peste 30 de limbi și distribuită în multe țări.* Am mii de scrisori de la părinți care își manifestă recunoștința în urma aplicării principiilor sugerate de mine în cazul educării copiilor lor.

Când am scris această primă carte, copiii noștri aveau 3, 7 și 15 ani. Acum sunt mari și la casele lor. Până în prezent, ne-au adus în dar o nepoată și sperăm și alți nepoți. În fiecare zi îi mulțumim lui Dumnezeu că ne-a dat acești copii. Ei au devenit adulții la care am sperat și pentru care ne-am rugat.

Pentru că filozofia mea în privința educației copiilor a fost în contradicție cu cea a altor experți foarte populari, aș vrea să indic încă de la începutul acestei cărți tipul meu de abordare. Eu cred că avem de făcut o alegere în privința sfaturilor despre educație. Pe de o parte părinții trebuie să facă față copiilor, răspunzând în special comportamentelor specifice, iar pe de altă parte împreună cu alți experți în domeniu le sugerăm părinților să îndeplinească această misiune sfântă a lor de a înțelege nevoile de viață ale copiilor lor și de a acționa în așa fel încât să le poată satisface aceste nevoi. Prima cale o numesc și cea a „reacției față de comportamente". Aceasta este o metodă de educație care presupune o reacție și care de obicei nu funcționează prea bine. O metodă mai eficientă în privința educației se bazează pe o „anticipare a nevoilor". Aceasta este o educație proactivă. Educația eficientă, bazată pe o relație plină de iubire, este cea cu adevărat proactivă.

---

* De atunci, peste 1,4 milioane de exemplare s-au vândut în Statele Unite și în străinătate.

Cele patru pietre de temelie ale unei educații bune

Cred că nevoile copiilor voștri pot fi grupate în patru categorii, fiecare reprezentând o soluție pentru o educație eficientă. Pe acestea eu le mai numesc și pietrele de temelie ale educației eficiente. În această carte vom analiza modalitățile în care aceste nevoi de cele mai multe ori nu sunt satisfăcute, dar și felul în care voi, ca părinți, puteți acționa alături de copiii voștri pentru a pune aceste pietre de temelie în vederea binelui și a fericirii lor prezente și viitoare.

Exprimarea consecventă a iubirii trebuie să capete o formă precisă, care să se adapteze vârstei și nivelului de dezvoltare a personalității copilului vostru. Această exprimare care stă la baza unei educații eficiente constă în patru pietre de temelie:

- Satisfacerea nevoilor emoționale și de iubire ale copilului vostru.
- Asigurarea unei pregătiri pline de iubire, dar și formarea unei discipline a copilului.
- Asigurarea unei protecții fizice și emoționale pentru copil.
- Explicarea și exemplificarea controlului mâniei pentru copil.

Pe măsură ce veți încerca să satisfaceți aceste nevoi ale copiilor încă de când sunt foarte mici — indiferent că au 2 sau 10 sau 12 ani — trebuie să fiți permanent cu ochii pe scopul final. Obiectivul absolut este educarea copiilor în așa fel încât să fie pregătiți pentru a duce o existență responsabilă, fericită și plină de reușite. Asta înseamnă că veți anticipa niște situații precise pentru copiii voștri, având în vedere că ei nu o pot face singuri. Dacă doar veți reacționa în raport cu anumite comportamente și veți încerca să-i îndrumați exclusiv când s-au întâmplat deja

niște nenorociri, vă veți simți mereu frustrați în privința educației lor, pentru că nu veți mai reuși niciodată să îi ajungeți din urmă. În schimb asta îi va face pe copiii voștri să se simtă la rândul lor frustrați atât în ceea ce-i privește cât și în ceea ce vă privește, pentru că faptele lor lipsite de maturitate ajung să stea la baza tuturor acțiunilor lor. Ei au nevoie să fie conduși, să li se explice dinainte niște lucruri și să fie formați în această direcție, nu doar să reacționați în raport cu comportamentul lor.

Dacă le veți furniza copiilor ceea ce au nevoie cu adevărat în cele patru direcții amintite, veți putea ca treptat să le dați mână liberă, bazându-vă pe o încredere justificată că pot lua singuri hotărârile cele mai înțelepte și care îi vor ajuta să aibă o viață de adult fericită și foarte productivă.

Mary și pietrele de temelie

Să revenim la Mary și la familia ei, din punctul de vedere al celor patru nevoi pe care le au toți copiii.

Nevoile emoționale/de iubire

O împlinire adecvată a nevoilor emoționale este piatra de temelie a unei educații eficiente. Pentru ca acești copii să aibă o părere bună despre sine și să fie capabili să se adapteze situațiilor tensionate și stresante din viață, ei trebuie să simtă că părinții lor îi iubesc și că le pasă de ei. Și totuși, mulți copii și adulți au probleme de anxietate, depresie, ajungându-se la acel sentiment de inferioritate. Acest lucru îi împiedică să funcționeze la întregul potențial în această societate dificilă și competitivă în care trăim, astfel încât mulți o apucă pe un drum care pare mult mai accesibil — cel al comportamentelor distrugătoare.

Mary mi-a mărturisit că n-a simțit niciodată că părinții ei ar iubi-o cu adevărat. Știa că au avut grijă de ea când era mică, dar nu s-a simțit niciodată cu adevărat iubită.

Recunoașterea acestui sentiment a luat-o oarecum prin surprindere, pentru că ea a crescut într-o familie frumoasă în care nevoile sale fizice erau satisfăcute chiar cu multă generozitate. De fapt, adesea se simțea chiar foarte dezorientată și vinovată de această relație nereușită pe care o avea cu părinții ei. Deși îi iubea, nu a fost niciodată în stare să-și exprime dragostea. Această incapacitate a făcut-o să se întrebe dacă nu cumva e ceva în neregulă cu ea. Ca urmare, s-a izolat de părinții ei și n-a mai reușit să comunice cu ei așa cum ar fi trebuit.

Discutând și cu părinții lui Mary, m-am convins că ei o iubeau chiar foarte tare. Doar că erau îngrijorați ca fiica lor să nu devină prea „răsfățată". Aceasta însemna că principala cale de legătură cu ea avea la bază diversele forme de pedeapsă — sau de amenințare cu pedeapsa. Dacă ar fi fost în stare să își dea seama cum se purtau de fapt cu Mary, ar fi înțeles de ce ea nu se simțea iubită. Ei se concentrau în special pe comportamentul său și reacționau prin pedepse, în loc să se concentreze pe nevoile emoționale ale lui Mary. Un copil este mult mai ușor de disciplinat când se simte mai întâi iubit.

Dacă părinții lui Mary i-ar fi satisfăcut nevoile profunde de iubire și de afecțiune și ar fi păstrat rezervorul emoțional plin, probabil că ea ar fi scăpat de acest sentiment negativ în legătură cu ea însăși și cu ideea de autoritate pe care i-au insuflat-o și care o stingherește într-atâta acum.* Ar fi fost mai puternică în privința stabilirii priorităților și în privința rezistenței pe care ar fi putut-o manifesta în raport cu presiunile din jur. Ar fi putut să obțină ceea ce își dorise cu adevărat și nu să se lase pradă unor motivații subconștiente

* Conceptul de rezervor emoțional al copilului sau nevoi emoționale este analizat amănunțit în capitolul 2. În plus, vezi Gary Chapman și Ross Campbell, *Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor* — apărută la Curtea Veche Publishing, 2001, pp. 15–21.

negative, cum ar fi acest sentiment de mânie transformată în răzvrătire sau în acest comportament distructiv.

Chiar dacă pentru un observator cu experiență este evident că Mary nu a fost niciodată înconjurată cu suficientă afecțiune, ei nu îi este deloc clar acest lucru. Starea de confuzie la care a ajuns din acest motiv, împreună cu lipsa de siguranță emoțională de care avea nevoie au împiedicat-o să-și folosească întregul potențial la facultate ori în relațiile interumane ca adult. Ea simțea nevoia să fie cu adevărat iubită de părinți și această lipsă a fost motivul principal al marii ei nefericiri.

Nevoile de formare/disciplină

Majoritatea părinților sunt prost sfătuiți să folosească tehnici de formare total nefaste. Aceste tehnici continuă să fie recomandate de oameni care le vor binele, dar care nu reușesc să aibă o privire de ansamblu. O abordare prin care se reacționează la ceea ce se întâmplă poate părea că are efect la copiii mici, astfel încât părinții cred că acest sistem este eficient. Când însă părinții continuă cu aceste metode care presupun o simplă reacție față de ceea ce se întâmplă, în final acest tip de educație aduce neajunsuri atât copiilor cât și familiei. Iar atunci când copiii o apucă pe căi greșite, părinții sunt uimiți. În cazul familiei lui Mary existau dovezi clare că accentul s-a pus pe pedepse.

Nevoile de protecție fizică/emoțională

Fiecare copil are nevoie de un părinte care să-l protejeze de orice neajuns fizic și emoțional. Este surprinzător faptul că mai e nevoie să le atragem atenția părinților din ziua de azi că trebuie să-și protejeze așa cum se cuvine copiii, mai ales când se știe cât de multe influențe negative există în societatea noastră. O parte dintre aceste amenințări nemărturisite cu care se confruntă copiii noștri apar pe ascuns,

pentru că există persoane lipsite de scrupule care profită de pe urma copiilor noștri, acționând fără știrea părinților.

Știm că există o discrepanță între ceea ce părinții presupun că fac copiii lor și ceea ce fac ei de fapt. Acest lucru devine evident și în cazul rezultatelor din cadrul diverselor sondaje în care tinerii își recunosc comportamentul, iar părinții ne explică de fapt ce anume cred ei că fac copiii lor.

Mulțumim lui Dumnezeu că din fericire mai există și influențe minunate, total pozitive și mobilizatoare la nivelul societății noastre și trebuie să ne luptăm ca ele să supraviețuiască. Dar trebuie totodată să fim conștienți de numărul tot mai mare de factori negativi și dăunători care ne pot influența copiii.

De exemplu, Mary mi-a spus că ea nu a fost niciodată protejată de influențele nefaste pe care le reprezintă mass-media și Internetul. Cum nu putea să discearnă singură și adesea se lăsa luată de val în prezența prietenilor mai puternici, n-a știut să facă față ispitelor pe care le-a întâlnit în cale atunci când n-a mai stat cu părinții.

Deși Mary a fost crescută într-o casă de creștini și mergea la biserică, ar fi fost benefic să fie mai bine protejată împotriva influențelor dăunătoare ale societății noastre. Părinții grijulii trebuie să acționeze împreună pentru a găsi căi prin care copiii să aibă o ocupație sănătoasă, eventual una de natură sportivă. Altfel ei vor fi tentați să se implice în situații nedorite și distructive. Avem nevoie de ajutorul celor de la biserică, dar și de profesori și de liderii comunității cu care împărtășim aceleași valori.

Părinții cu adevărat responsabili trebuie să se simtă ca într-o stare de război, căci chiar așa stau lucrurile. Din păcate în societatea noastră există mult prea multe persoane îngrozitoare care se folosesc de copii ca să câștige bani sau să-și satisfacă alte plăceri. La știri aflăm tot mai mult despre diverse forme de maltratare a copiilor pe Internet. Pornografia cu minori este o afacere foarte bănoasă. Din păcate,

guvernul nu a fost foarte activ în a-i penaliza pe cei care ne amenință copiii. Ca părinți trebuie să ne asumăm responsabilitatea majoră de a le furniza copiilor un mediu sănătos. Și mai ales nimeni nu trebuie să treacă singur prin această situație. Trebuie s-o socotim o șansă enormă de a lucra cot la cot ca buni creștini pentru împărăția Domnului.

Nevoile de explicare și exemplificare a controlului mâniei

Partea cea mai greșit înțeleasă în privința formării copilului se referă la momentele de furie. De fapt eu cred că pentru părinți cel mai dificil este să-și învețe copiii să-și stăpânească în mod matur mânia. Puțini părinți știu să își stăpânească propria mânie, pentru că majoritatea nu au fost educați astfel. Și puțini părinți sunt conștienți că lor le revine răspunderea de a-și pregăti copiii în această direcție.

Am constatat o gravă escaladare a conflictelor prin afișarea în public a momentelor de mânie, mai ales în ultimii ani, și faptul că nu ne mai putem bizui pe majoritatea instituțiilor societății noastre care ne-ar putea ajuta să ne pregătim copiii în această direcție. Ca părinți aceasta este misiunea noastră esențială, să-i învățăm să-și stăpânească mânia; și totuși, majoritatea nu suntem conștienți de ceea ce ar trebui să facem.

Fără o pregătire din partea părinților se va ajunge la o abordare tot mai primitivă și mai imatură a momentelor de mânie. Acest lucru este evident pretutindeni — violență individuală, lipsă de respect față de autoritate și manifestarea atitudinilor foarte ostile. În capitolul 6 vom aprofunda acest subiect de o importanță capitală.

Mary mi-a mărturisit că atunci când era mai mică și locuia cu părinții ei, de multe ori a avut parte de momente de mânie. Părinții ei se certau foarte des, ceea ce creea o atmosferă tensionată și neplăcută, mai ales pentru copii. Mary se temea adesea de mânia părinților, în special de cea

a tatălui. Acest lucru o împiedica să le vorbească deschis părinților și a determinat-o să le poarte pică. Adesea simțea nevoia să îi facă să sufere sau să îi supere pentru ca aceștia să se enerveze, să se mânie. Această atitudine plină de ranchiună se transforma uneori în sfidare, deși rareori se confrunta direct cu părinții.

Lui Mary i-a fost foarte greu să-mi spună toate acestea, pentru că ea își iubea sincer părinții și știa că ei ar fi suferit profund dacă ar fi auzit așa ceva. Ca urmare a faptelor părinților ei, Mary și-a stăpânit foarte greu propria mânie, pentru că nu a fost învățată niciodată cum să procedeze. Părinții n-au fost pentru ea niște modele de urmat, tot așa cum n-au fost nici pentru frații ei.

Schimbarea metodei educaționale actuale

Dacă sunteți părinți și citind aceste rânduri, gândiți așa: *„Ei bine, am făcut și eu greșeli și nu știu dacă nu cumva este prea târziu sau nu știu de unde s-o apuc"*, înseamnă că ați prins curaj. Dacă copilul mai locuiește cu voi și vreți să vă schimbați stilul de abordare, puteți încă să jucați un rol foarte eficient în formarea sa pentru atingerea scopului absolut: pregătirea pentru viața de adult.

Atunci când mă gândesc la schimbare, mă gândesc și la Shanna și la Mike, părinții unui copil pe nume Jim. Când Jim avea 15 ani, m-a sunat Shanna. „Jim este un copil cu o fire veselă și este foarte conștiincios", mi-a explicat ea, adăugând că dintotdeauna a fost ușor de stăpânit și de disciplinat, mai ales la o vârstă foarte fragedă. „Se înțelegea bine cu alți copii și participa la programele organizate pentru cei de vârsta sa la biserică. Soțul meu și cu mine nu am avut probleme serioase cu Jim până ce n-a împlinit 12 ani și a început să se izoleze tot mai tare. Vorbea tot mai puțin cu noi și cu ceilalți. Ne-am gândit că este tipic pentru această perioadă premergătoare adolescenței. Între timp

însă, notele au început să scadă și ne-a anunțat că n-ar mai vrea să facă sport și nici să meargă la biserică. De asta te-am sunat."

Când ne-am întâlnit ulterior, am descoperit că părinții lui Jim erau foarte iubitori și buni creștini, preocupați serios de fiul lor. Ceea ce însă nu-și dăduseră seama era că băiatul făcuse o depresie, iar metoda lor educațională accentua problemele lui. Dintotdeauna au presupus că o disciplină de fier ar fi principala cale de comunicare cu băiatul lor. Ei s-au dovedit foarte aspri ca părinți. Astfel Shanna și Mike au reacționat în raport cu comportamentul lui Jim, în loc să se concentreze asupra felului în care ar fi putut să îi ofere mai multă afecțiune de care avea atâta nevoie. Ei s-au lăsat puternic influențați de cărțile de educație creștină care pun accentul pe „disciplină", fără a asigura afecțiunea atât de necesară unui copil.

De câte ori Jim făcea câte o ispravă, nu era cuminte sau își nemulțumea în vreun fel părinții, aceștia reacționau negativ. Asta presupunea inclusiv reacții foarte aspre, dar și un limbaj dur, însoțit de multe ori de pedepse fizice. Sigur că mânia făcea parte din reacția lor, chiar dacă Shanna și Mike nu erau conștienți de asta așa cum ar fi trebuit, tot așa cum nu-și dădeau seama nici de tensiunea pe care o creau în viața lui Jim. Ei erau convinși că-i oferă educația „corectă" sugerată de atât de mulți „experți".

Pe măsură ce am discutat despre felul în care funcționa familia lor, Shanna și Mike și-au dat repede seama că trebuie să fie mai înțelegători în privința nevoilor esențiale ale copiilor. În cele din urmă, au reușit să se concentreze nu asupra unei reacții imediate, ci asupra satisfacerii nevoilor emoționale ale lui Jim. Pe măsură ce au făcut-o tot mai des, Jim a început să iasă din starea de depresie în care căzuse.

Acum, după un an, Shanna și Mike continuă să își concentreze energia părintească asupra satisfacerii nevoilor esențiale ale lui Jim. Acest lucru l-a făcut pe Jim să redevină

fericit și productiv. Această poveste a avut un final minunat, pentru că Shanna și Mike au învățat să fie părinți, asumându-și rolul care presupune dăruirea unei mari cantități de afecțiune. Actualmente, ei anticipează nevoile lui Jim și nu mai reacționează doar la comportamentul său.

Privind spre viitor

Indiferent dacă avem copii de 5 sau 15 ani, cu toții ne gândim la ziua în care vor fi pe picioarele lor. Într-un fel, întreaga noastră activitate de părinți se concentrează asupra acestui moment pe măsură ce ne străduim să ne responsabilizăm copiii ca să se poată descurca bine ca adulți. Această pregătire se face într-un ritm lent, încetul cu încetul.

Actualmente, acest ritm este tot mai lent, având în vedere că durează tot mai mult ca un copil să devină independent. Această prelungire a duratei are anumite implicații emoționale, fizice și financiare. Ca părinți trebuie să fim conștienți de acest fenomen recent pentru a încerca alături de copiii noștri să găsim o soluție pozitivă. Într-un mediu adesea amenințător și confuz pentru copiii noștri, trebuie să îi pregătim cât mai bine pentru viitor.

Părinților lui Mary le-a fost foarte greu să o pregătească pentru viitor în mod sănătos, pentru că nu-i satisfăcuseră nevoile în raport cu cele patru pietre de temelie pe care le-am menționat anterior în acest capitol. Și totuși, așa cum aveau să descopere, nu e niciodată prea târziu să mai faci niște rectificări și să cauți ajutorul divin pentru familia ta. Dumnezeu este expert în a transforma ceva îngrozitor în ceva minunat.

BCU IAȘI

2

CUM AM AJUNS AICI?

*Că au surpat ceea ce ai așezat; dar dreptul ce a făcut?**
Psalmi 10, 3

Când mă gândesc la copilăria mea, îmi amintesc doar că nu era altceva decât o perioadă plină de simplitate atât pentru copii cât și pentru părinți. Cu toții știam ce se așteaptă de la noi și de obicei eram de acord cu acest lucru. Lumea înconjurătoare era ca un fel de scoică în care ne dezvoltam — previzibilă și prietenoasă. Cel de-al Doilea Război Mondial abia se terminase și oamenii se simțeau scăpați de griji și plini de entuziasm față de ceea ce ar fi putut face. Tinerele cupluri puneau bazele unor noi familii care aveau să aducă pe lume o mulțime de copii începând cu jumătatea anilor '40 și până la începutul anilor '60. Rata criminalității era scăzută și cam toate străzile erau sigure. Singurul drog care presupunea motive de îngrijorare era alcoolul. Toată lumea avea cam aceleași valori pe care punea preț — cel puțin oficial. Era un fel de înțelegere comună a ceea ce este bine și rău.

Perioada de aur a anilor '50

Atunci când ne contemplăm istoria, întotdeauna suntem ispitiți să ne amintim doar ceea ce e mai bun și să uităm că fiecare generație în parte a avut problemele sale.

---

* În această carte, citatele biblice sunt preluate din *Biblia sau Sfânta Scriptură* publicată de Editura Institutului Biblic și de Misiunea Ortodoxă a BOR, București 1982. (*n. red.*)

Adesea, aceste probleme au afectat întregi grupuri rasiale și clase sociale și nu neapărat familiile și prietenii. Acest lucru era valabil în timpul anilor '50, perioada „familiei tradiționale" cu mai mulți copii, cu o rată scăzută a divorțurilor și cu o inflație și mai scăzută.

Sigur că și atunci erau probleme. Americanii puteau constata numeroase forme de rasism, sexism și discriminări sociale. Și totuși, chiar având în vedere toate aceste nedreptăți, exista o anumită stabilitate care presupunea niște familii iubitoare, în acele vremuri sigure și pline de înțelegere în care trăiau.

În cartea lor *The War Against Parents* (*Războiul împotriva părinților*), Sylvia Ann Hewlett, o femeie de rasă albă, și Cornel West, un bărbat de culoare, au analizat această perioadă a anilor '50. Ei nu au scos în evidență dificultățile acestui deceniu, ci au subliniat părțile pozitive. West susținea că prezența unei familii întregi și foarte muncitoare, precum și rețeaua de instituții care să vină în ajutorul familiilor, cum ar fi bisericile, i-au furnizat stabilitatea necesară pentru a putea depăși momentele grele chiar și în perioadele de segregație.*

Îmi amintesc când mașinile aveau aripioare, când televiziunea nu deținea controlul absolut asupra timpului celor mai mulți copii și aproape nu se auzise de acte de violență împotriva minorilor. Viața era mult mai previzibilă. De obicei, profesorii întăreau valorile insuflate de părinți, iar părinții încurajau un respect cât se poate de sănătos față de profesori și de orice formă de autoritate. Majoritatea tinerilor terminau liceul și fie mergeau la facultate, fie își luau o slujbă. Toți bărbații făceau armata șase ani, dintre care cel puțin doi ani de armată activă. Se găsea de lucru pentru tinerii dispuși să muncească. Era perioada de înflorire

* Mary Stewart Van Leeuwen, *Parenting and Politics: Giving New Shape to „Family Values"* (*Educația și politica: o nouă formă a „valorilor familiei"*), *Christian Century* (*Secolul creștin*), 29 iulie 1998, p. 719.

economică de după război, drept pentru care era puțin șomaj. Chiar dacă viața nu era fericită pentru toată lumea, măcar era o existență stabilă. „Stresul" și „epuizarea" erau niște noțiuni necunoscute încă.

Agitații ani '60

În primii ani de Război Rece, noi, americanii, ne-am găsit un dușman comun în Uniunea Sovietică. Am început anii '60 uniți ca națiune pentru a lupta împotriva comunismului de stil sovietic. Tensiunile au crescut în 1962, odată cu criza rachetelor din Cuba, când premierul sovietic Nikita Hrușciov a reușit să introducă rachete balistice cu rază medie de acțiune la numai 140 de kilometri de malurile americane. Ca tânăr ofițer de marină mi-am dat seama că aș fi putut să fiu cel care va da ordinul de deschidere a focului de pe distrugătorul pe care-l escortam atunci când am întors din drum o navă sovietică pe care se aflau rachete nucleare cu destinația Cuba.

Rușii și premierul Hrușciov, în urma blocadei navale a Statelor Unite, au fost nevoiți să se întoarcă din drum, dar lunga bătălie cu URSS-ul avea să continue. În această perioadă, cu toții ne apăram împotriva „imperiului răului". Da, noi eram americani și eram extrem de mândri de asta. Salvasem lumea de Hitler și acum o salvam de URSS.

Apoi a venit Vietnamul și anticultura tineretului. Violențele și protestele au început să se țină lanț în campusurile universitare unde au fost asediate clădirile administrației, arse centrele ofițerilor în rezervă și au avut loc bătăi cu poliția. Mulți tineri au condamnat deciziile militare luate la Washington, părerile lor radicale s-au concentrat asupra instituțiilor pe care nu le-au mai recunoscut și au degenerat în abuzuri sexuale și de droguri. Stilul de viață pe care îl credeam sigur era direct pus sub amenințare. Câțiva misionari pe care îi cunoșteam se stabiliseră în America de Sud la sfârșitul anilor '60 și aflaseră veștile mai ales

din reviste cum ar fi *Time* sau *Newsweek*. Urmau să se întoarcă în Statele Unite în 1970 și erau foarte speriați la ideea a ceea ce ar putea găsi acolo, după ani întregi în care nu văzuseră decât fotografii și reportaje despre manifestări de stradă, bombe și incendieri. Se întrebau dacă nu cumva întreaga țară era total scăpată de sub control.

Într-un documentar de televiziune realizat în 1999 despre anii '60, telespectatorii au retrăit momentele tulburi ale acelei perioade, fiindu-le prezentată așa-numita revoluție sexuală, care a dus ulterior la legalizarea avorturilor (în 1973), precum și intrigile politice care au culminat cu cazul Watergate și cu o lume întreagă profund deziluzionată. Hipioții s-au adunat la San Francisco și ulterior la Woodstock pentru a sărbători noua lor „libertate" adolescentină.

Anii '70 și manipularea comportamentului

În vreme ce revoluția generației tinere se petrecea în plină stradă, se mai întâmpla ceva în timpul anilor '60. O mișcare mult mai puțin cunoscută avea să ia amploare mai întâi în centre universitare și laboratoare. Era vorba despre popularizarea unui sistem de gândire care se numește *behaviorism*, rezultatul a zeci de ani de experiențe pe comportamentul animalelor. Aplicarea acestuia la copii și tineri s-a mai numit și *modificare comportamentală*. Începuturile sale din anii '60 aveau să ajungă într-o perioadă de plină înflorire în anii '70, pe măsură ce câștiga o extraordinară influență asupra educației copiilor americani, atât în familiile credincioase cât și în cele laice.

Acest sistem îi obișnuia pe copii să se comporte în modul dorit, folosindu-se acea *determinare pozitivă* (introducerea unui element pozitiv în mediul copilului respectiv), *determinare negativă* (retragerea unui posibil element pozitiv din mediul copilului), precum și *pedeapsa* (introducerea unui element negativ în mediul copilului). Un exemplu de

determinare pozitivă este răsplătirea copilului pentru un comportament convenabil, oferindu-i-se în acest caz o bomboană sau un fruct. Determinarea negativă ar fi interzicerea de a se uita la televizor, tocmai pentru că s-a comportat incorect. Pedeapsa, care se mai numește și tehnica neplăcută, ar putea fi ciupirea copilului pe mușchiul trapezius — ceea ce produce o durere ascuțită în partea de sus a umărului —, gest care să însoțească orice comportament inadecvat.

Modificarea comportamentală sau Mod. C., așa cum îi spun unii, a devenit aproape un fetiș în anii '70, mai ales pe măsură ce educatorii au demonstrat ce se poate obține prin tehnicile lor la nivelul dresării animalelor. Îmi amintesc că am văzut un porumbel care fusese învățat să danseze după un ritm scoțian. Dacă într-adevăr comportamentul animal putea deveni atât de previzibil, vă dați seama ce se putea obține în cazul copiilor!

Modificarea comportamentală a devenit tendința dominantă a gândirii la nivelul programelor de pregătire psihologică, mai ales că a câștigat un accept atât de larg încât a devenit principala metodă psihologică în privința educării și disciplinării copilului. Implicațiile sale în educația copilului din păcate însă aveau să fie extrem de negative. Mod. C. se concentrează în special asupra comportamentului, neținând deloc seama de nevoile emoționale ale copilului. Este o distanță enormă între cobaii de laborator și copii. Și acești așa-ziși „experți" au uitat că de fapt copiii și cobaii sunt alcătuiți total diferit. În anii următori, modificarea comportamentală a ajuns principalul sistem de educație în SUA, chiar dacă nu a fost etichetat ca atare. Atunci când copiii sunt formați în special prin Mod. C., așa cum din păcate sunt mulți copii, acest lucru are efecte puternice care se manifestă de-a lungul întregii existențe. Aceasta se poate observa în atitudinea adolescenților care au fost formați astfel. Când li se cere să facă

un anumit lucru, în loc să reacționeze într-un mod cât mai productiv și pozitiv, cel mai adesea se exprimă prin: „Și eu cu ce mă aleg?"

La sfârșitul anilor '60, când tineretul american a reacționat la Războiul din Vietnam, reacție ce făcea parte din revoluția anticulturală, mulți psihologi au dat vina pe prea marea „toleranță" cu care au fost învățați acasă. Și totuși, aceasta era o presupunere incorectă — educarea copiilor avea puțin de-a face cu aceste mișcări. Eu sunt întru totul de acord cu răposatul mare filozof creștin Francis Schaeffer care declara că această mișcare anticulturală se datora epocii, statutului și maturității culturii noastre, totul fiind precipitat de Războiul din Vietnam și nu de părinți. Psihologii specialiști în comportament și sociologii de bună-credință aveau să susțină că părinții prea îngăduitori au contribuit la o anticultură care refuza orice formă de instituție oficială. Acest punct de vedere a fost în mare măsură acceptat, iar filozofia disciplinei prin modificarea comportamentului a câștigat teren. Acest lucru a permis Mod. C. să înflorească la maximum în anii '70.

Modificarea comportamentală în zilele noastre

Această atitudine care nu reușește să satisfacă mai întâi nevoile emoționale ale copilului, ci doar să aibă o slabă reacție la comportamentul copilului, este însăși esența behaviorismului. O mare problemă la ora actuală este că behavioriștii au un cuvânt greu de spus în filozofiile educaționale, acest lucru fiind și mai evident în cazul cercurilor creștine. Ca urmare, s-a ajuns la o mare confuzie și la un adevărat conflict referitor la modul în care ar trebui educați copiii. Recunosc că modificarea comportamentală este uneori eficientă și adecvată, dar niciodată nu poate fi principala modalitate de abordare a copilului.

Majoritatea behavioriștilor, inclusiv cei creștini, nu afirmă deschis că de fapt sunt pentru modificarea comportamentală. Stilul de lucru al acestora este unul foarte convingător. Prin intermediul cărților și programelor lor i-au convins pe părinții interesați să utilizeze metodele comportamentale — fără să mărturisească faptul că ei sunt behavioriști, pentru că această situație nu ar fi fost acceptată în majoritatea cercurilor religioase. Unul dintre behavioriștii pe care îi respect este dr. Ruth Peters, autoarea cărții *Don't Be Afraid to Discipline* (*Nu vă temeți de disciplină*). Ea este unul dintre puținii behavioriști sinceri care-și recunoaște punctul de vedere în cartea sa.* Dr. Peters vorbește astfel despre iubire:

> A iubi înseamnă a fi dispus să-ți asumi riscuri pentru a-ți ajuta copiii să-și dezvolte standardele și comportamentele cu care să te mândrești atât tu cât și ei. Aceasta este esența unei bune păreri despre sine. Fără capacitatea de a distinge binele de rău, părerea copilului despre sine este în mare primejdie. Să iubești înseamnă să fii dispus să stabilești anumite limite care ar putea supăra sau dezamăgi copilul în momentul de față, dar care l-ar putea ajuta să se dezvolte la un nivel mai înalt în privința moralei care-l va însoți de-a lungul vârstei adulte.**

Peters are dreptate atunci când spune că este extrem de important să te simți iubit pentru a avea o bună părere despre sine. Să iubești un copil presupune să fii format în acest sens. Înainte însă ca pregătirea necesară să și funcționeze, astfel încât copilul să se dezvolte la cote maxime, el trebuie să se simtă iubit. Behaviorismul pune foarte

---

* Ruth Peters, *Don't Be Afraid to Discipline*, New York: Golden Books, 1997, p. 71.

** *Ibid.*, p. 189.

puțin accent pe iubirea față de copil — respectiv menținerea unui rezervor plin de iubire emoțională. Recomand călduros cartea lui Peters pentru ideile și sfaturile în privința tehnicilor referitoare la explicarea consecințelor unui comportament, dar nu ca principală soluție de stabilire a unei legături cu copilul respectiv. Atunci când părinții înțelepți se concentrează pe o relație plină de afecțiune cu copilul, el va reacționa mult mai bine la ceea ce se numește un control comportamental. *Behaviorismul se concentrează aproape în exclusivitate asupra comportamentului și presupune că respectivul copil se va simți iubit pur și simplu pentru că părintele încearcă să îi corecteze comportamentul.* Această presupunere este total greșită.

În scrierile behavioriste am găsit numeroase exemple despre felul în care să pedepsești copilul și să îi oferi o imagine a consecințelor comportamentului său, dar aproape mai nimic despre felul în care îi poți transmite iubirea sufletească de la părinte la copil. Peters ridică în slăvi alte cărți cu mesaje similare celor din lucrarea sa. De exemplu, ea definește drept o „carte clasică" *The New Dare to Discipline* (*Noul curent îndrăzneț în privința disciplinei*) de James Dobson. Tragic este faptul că multe cărți care se ocupă de educația copiilor sunt behavioriste, dar nu o mărturisesc. Ca urmare, părinții creștini presupun că respectivele scrieri sunt profund „creștine" în conținut, pentru că au un limbaj religios și pentru că autorii sunt creștini.

Ce nu a funcționat?

Când în anii '70 au început să fie publicate cărți behavioriste despre educația copiilor, mulți dintre cei care s-au implicat trup și suflet și au dorit să cunoască bine problema în privința familiei și copiilor au fost de-a dreptul șocați. Nu le venea să creadă că adevărați profesioniști se puteau transforma în adepții tehnicilor care ignoră într-atât

nevoile emoționale și dezvoltarea copiilor. Ei presupuneau că dacă părinții, chiar și cei foarte credincioși sau preocupați de ceea ce fac, ar fi adoptat acest sistem Mod. C. deghizat, ar fi putut să afecteze generații de copii care să aibă probleme emoționale și comportamentale, ajungându-se astfel la o deteriorare a societății. Ei preziceau că aceste probleme aveau să devină vizibile cam în 14 ani.

Din păcate, ei au avut dreptate. Cu toții am fost martorii problemelor cu care s-au confruntat tinerii din familii aparent „bune". Părinții lor avuseseră aspirații înalte pentru acești copii și nu se așteptaseră să ajungă în situațiile pe care aveau să le trăiască. Pentru că urmaseră sfaturile unor așa-numiți „experți", erau total dezorientați, neînțelegând ce s-a întâmplat, unde au greșit.

Greșiseră atunci când mare parte din comunitatea creștină acceptase o filozofie educațională bazată pe modificarea comportamentală. Această filozofie este cea la care m-am referit în capitolul 1, în care părinții au reacționat mai degrabă la comportamentul copilului și nu au anticipat nevoile sale. Dacă principala grijă a părintelui este să modifice un comportament, el nu se va mai gândi prea mult la nevoile copilului de 3, 10 sau 15 ani. Milioane de părinți bine intenționați au urmat acest sistem care presupune răsplată și pedeapsă, fără a satisface nevoile emoționale ale copiilor lor.

În 1994, în cartea *Right from Wrong* (*Binele de rău*), Josh McDowell și Bob Hostetler au adus date precise prin care au explicat ce nu a funcționat în atât de multe familii. Cartea s-a bazat pe un studiu condus de Grupul de cercetare Barna care s-a mai numit și „Sondajul asupra tineretului credincios, 1994". În acest studiu 3 700 de tineri din 13 confesiuni evanghelice au fost analizați în amănunt, păstrându-se confidențialitatea. Tinerii erau foarte implicați în viața ecumenică și considerau că părinții lor sunt foarte iubitori, iar experiența din familie este una pozitivă.

Și totuși sondajul a arătat că acești adolescenți trăiau la limita moralității, aflându-se în pragul dezastrului mult mai rău decât ar fi putut cineva să-și imagineze. Rezultatele studiului au arătat nu doar cum erau participanții din punct de vedere al comportamentului, dar că și frații lor mai mici îi vor ajunge din urmă în doar câțiva ani.

Mare parte din tineretul nostru — majoritatea celor care declară că au jurat credință lui Iisus Hristos — sunt implicați în acte inadecvate, imorale, chiar ilegale. Sondajul a mai arătat că în doar trei luni dinaintea studiului:

- Doi din trei (66%) dintre copiii noștri între 11 și 18 ani au mărturisit că și-au mințit un părinte, un profesor sau alt adult.
- Șase din zece (59%) și-au mințit colegii sau prietenii.
- Aproape jumătate (45%) s-au uitat la MTV cel puțin o dată pe săptămână.
- Unul din trei (36%) a copiat la un examen.
- Aproape unul din patru (25%) a fumat o țigară sau a folosit alt produs care conține tutun.
- Unul din nouă (12%) s-a îmbătat.
- Aproape unul din zece (8%) a luat droguri ilegale, deci care nu erau incluse într-o rețetă medicală.

Datele arată că tineri din familii bune, creștine, cad pradă presiunilor societății noastre. Până să împlinească 18 ani, peste jumătate (55%) deja au pipăit sâni, organe genitale și/sau au avut un contact sexual. Jumătate (50%) dintre tinerii noștri susțin că sunt stresați.*

Când comparăm aceste date cu cele ale celorlalți adolescenți, constatăm că tinerii credincioși stau mai bine decât cei care nu merg la biserică. Și totuși un număr copleșitor

* Josh McDowell și Bob Hostetler, *Right from Wrong*, Dallas: Word, 1994, pp. 8–9.

dintre ei a mințit, copiat, furat, s-a drogat, i-a chinuit pe alții sau a fost implicat în diverse forme de activități sexuale.

Josh McDowell a declarat: „Suntem una dintre puținele societăți din lume incapabilă de a transmite spiritul moral de la o generație la alta." Acest lucru ar trebui să ne preocupe foarte tare, pentru că dacă nu reușim să predăm ștafeta credinței și a răspunderii copiilor noștri, viața lor nu va fi niciodată așa cum am sperat și impactul acestei realități va fi extrem de grav asupra societății noastre.

Care ar fi răspunsul?

Părinții trebuie să satisfacă nevoile emoționale ale copiilor lor dacă-și doresc ca acești copii să urmeze exemplul părinților. Și totuși, copiii nu-și pot urma părinții în această călătorie a credinței și a integrității morale decât dacă se vor identifica personal cu părinții lor. Iar ei nu se pot identifica cu părinții dacă aceștia nu le satisfac aceste nevoi emoționale.

Părinții care aplică acest sistem de simplă reacție pentru modificarea comportamentului nu vor satisface niciodată nevoile emoționale profunde ale copilului. Cu cât modificările comportamentale sunt mai solid integrate în sistemul educațional părintesc, cu atât părinții vor folosi mai mult tehnica simplei reacții. Ei vor pune accent în mod exagerat pe comportamentul copilului folosind răsplata și pedeapsa ce se bazează exclusiv pe un anumit comportament. Evident că acest comportament al copilului vostru este important; de fapt este esențial. Dar când părinții pun accentul pe comportament în asemenea măsură încât uită de nevoile emoționale și spirituale ale copilului, precum și de nevoile de formare în viață, este aproape sigur că acest lucru va cauza niște probleme grave la nivelul existenței copilului în anii ce urmează.

Această educație bazată pe reacție imediată duce la o utilizare exagerată a pedepselor, în special a celor corpo-

rale. Sigur că pedepsele au și ele un rol în educația copiilor; dar în cele mai multe familii se pune prea mare accent pe pedepse. Experții care susțin cauza modificării comportamentale în cazul educației copilului, și mai ales cei care sunt creștini, încurajează bătaia la fund și ciupitul ca principale mijloace de pedeapsă. În unele cărți extrem de populare pedeapsa corporală este recomandată ca principală cale de stabilire a unei relații cu copilul.

Când părinții se gândesc la o pedeapsă, trebuie să ia în considerare și modalitatea cea mai adecvată pentru fiecare copil în parte, dar și pentru fiecare greșeală în parte. Există ocazii când o bătăiță sau o ciupitură sunt absolut distrugătoare în cazul copilului respectiv. Atunci când părinții se concentrează asupra nevoilor emoționale și de dezvoltare ale copilului, îi va preocupa mai puțin modificarea unui anumit comportament și mult mai mult formarea cât mai adecvată a copilului. Deși această pregătire sigur că va include uneori și pedepse, nu înseamnă automat pedeapsă după pedeapsă. Vom mai discuta despre acest subiect și în capitolele următoare.

Mary și părinții ei

În capitolul 1, v-am povestit despre Mary. Când era mică, părinții ei se temeau să nu devină prea răsfățată. Dan și Jane au iubit-o pe Mary foarte tare și au vrut să se asigure că nu o să devină un copil remarcat prin comportamentul său nepotrivit. De aceea au folosit foarte des pedeapsa corporală în asemenea măsură încât au început să se întrebe chiar ei dacă nu cumva au făcut-o prea des. În anumite faze din copilăria ei, Mary ajunsese să fie bătută de mai multe ori pe zi, pentru că părinții ei nu știau cum altfel să reacționeze în raport cu comportamentul ei. Când Mary reacționa imediat la bătaie, Dan și Jane presupuneau că această formă de pedeapsă „funcționează" perfect. Când

au discutat cu prietenii lor creștini în legătură cu problemele de disciplină, au fost încurajați să continue cu bătaia după pofta inimii, chiar dacă ei uneori se simțeau ușor vinovați.

Din nefericire, Dan și Jane rareori s-au gândit și la alte posibilități de a o ajuta pe Mary să-și controleze comportamentul sau măcar să analizeze motivele pentru care se purta astfel. În acest mod, ei nu au reușit niciodată să-și înțeleagă fiica ori să găsească niște căi mai afectuoase de a o forma pentru viață. Pentru că bătaia și ciupiturile erau principalele modalități prin care rezolvau comportamentul lui Mary, n-au căutat alte căi care să-i ajute să descopere sentimentele sau gândurile ei. Din când în când, îi ofereau câte o răsplată când lua note mari sau avea un comportament dorit. Ei abordau educația ca majoritatea părinților din ziua de azi — respectiv ca pe o formă de control și de formare a copilului, bazându-se în special pe pedepse. Ca urmare nu reușeau să satisfacă nevoile lui Mary în mod rezonabil și logic.

Cum Mary era un copil maleabil, ea nu a reprezentat o problemă majoră pentru Dan și Jane — decât când s-a făcut mai mare. Când resentimentele și mânia ei s-au acumulat și au ieșit la iveală, ea și le-a manifestat printr-o lipsă de maturitate, autodistrugându-se și răzvrătindu-se interior.

Dan și Jane sunt niște oameni deștepți și iubitori. Dacă nu ar fi fost învățați să educe prin reacții imediate, scoțându-li-se în evidență posibila modificare comportamentală, dacă n-ar fi fost formați în limbaj „creștin", s-ar fi descurcat mult mai bine cu Mary. Ar fi descoperit pe cont propriu că există și alte soluții — cel puțin suficiente pentru a preveni problemele catastrofale care acum se abătuseră asupra fiicei lor. Și dacă Jane și Dan ar fi aflat despre importanța accentului care trebuie pus asupra nevoilor lui Mary și ar fi descoperit cum le-ar putea satisface, viața ei ar fi putut să fie una foarte frumoasă.

Să recapitulăm cele patru pietre de temelie

Educația prin iubire este oarecum asemănătoare cu pietrele de temelie ale unei case. Trebuie să existe toate cele patru pietre pentru a suporta greutatea vieții ce urmează a fi clădită pe baza lor. Aceste pietre de temelie sunt cele despre care am discutat în capitolul 1:

- Satisfacerea nevoilor emoționale și de iubire ale copilului vostru.
- Asigurarea unei pregătiri pline de iubire, dar și formarea unei discipline a copilului.
- Asigurarea unei protecții fizice și emoționale pentru copil.
- Explicarea și exemplificarea controlului mâniei pentru copil.

Dacă lipsește vreuna dintre ele sau nu se pune accentul necesar, părinții cu siguranță vor avea probleme cu copiii lor. În multe familii bune, ultima piatră de construcție — piatra depășirii momentelor de mânie — este prea mică. Și chiar dacă majoritatea părinților își iubesc profund copiii, vom constata că ei sunt incapabili să-și exprime dragostea de la suflet la suflet. Prima piatră este de obicei prea mică și atunci vă dați seama cât de instabilă este clădirea care se înalță pe o asemenea temelie.

Când părinții urmează un sistem de educație care pune accentul pe modificarea comportamentală și pe reacția în raport cu anumite comportamente, ei nu vor reuși să satisfacă nevoile emoționale ale copiilor. De aceea copiii vor rămâne nepregătiți în anumite direcții, în special în depășirea momentelor de mânie. Astfel sunt sortiți să-și dezvolte o atitudine care să conteste orice formă de autoritate, ceea ce va degenera într-o atitudine contra părinților și în final într-o respingere a valorilor și convingerilor părinților.

Asemenea copii nu vor avea niciun fel de respect pentru orice formă de autoritate legitimă cum ar fi profesorii sau

patronii. Nu cumva aceasta este exact problema cu care ne confruntăm tot mai acut în societatea noastră? Îmi doresc din tot sufletul ca părinții să aibă mai înainte de toate grijă de nevoile emoționale ale copiilor. Controlul comportamental ar fi mult mai simplu. Și mai ales copiii ar avea o atitudine mai sănătoasă față de ei înșiși și față de reprezentanții autorității, iar părinții ar constata că relația cu copiii ar deveni una mult mai mulțumitoare. Aceasta este forța educației prin iubire.

Părinții care au o simplă reacție la comportamentul copiilor și care nu încearcă decât să le modifice purtarea au sorți de izbândă atunci când copiii sunt mai mici și de aceea sunt foarte mulți adepți în această direcție, deși ar fi trebuit să-și dea seama de consecințele ulterioare. De exemplu, bătaia presupune un rezultat imediat în majoritatea cazurilor. Când behavioriști celebri au recomandat sistemul lor, părinții s-au folosit cu ușurință de această formă de disciplină, utilizând-o chiar mai mult decât este cazul. Da, recunosc că o bătaie poate fi eficientă — o perioadă — în cazul celor mai mulți copii. Dar pe măsură ce copiii cresc și se continuă cu bătaia sau cu alte pedepse de acest tip, li se umple sufletul de resentimente și de hotărârea de a submina autoritatea părinților și de a nu le respecta dorințele. Atunci, părinții iubitori care au crezut că au procedat așa cum trebuia cu copiii lor se simt total dezorientați și îngroziți că propriii lor copii au adoptat comportamente și obiceiuri distructive. Acești părinți, care s-au străduit pe cât au putut, au un sentiment de vinovăție, acuzându-se de nenorocirea ce li s-a întâmplat copiilor și căutând veșnic să descopere greșelile pe care le-au făcut în privința educării lor.

Principala greșeală este că i-au urmat pe behavioriști, căzând în capcana pedepselor, lucru despre care vom discuta mai în amănunt în capitolul 3.

De ce au nevoie copiii noștri

În raportul din 1995, Consiliul Carnegie pentru dezvoltarea adolescentului a identificat niște „nevoi afective umane" esențiale pentru o dezvoltare sănătoasă. Tinerii au nevoie:

- să aibă niște relații apropiate și durabile cu ceilalți;
- să fie conștienți de valoarea lor ca persoane;
- să-și dezvolte niște baze solide în privința unor alegeri bine cântărite;
- să-și exprime curiozitatea constructivă și un tip de comportament bazat pe explorarea noului;
- să găsească diverse căi de a fi utili celorlalți;
- să creadă într-un viitor promițător.*

Între timp, Institutul de cercetări din Minneapolis a analizat patru elemente-cheie pe care studenții trebuie să le dezvolte pentru a ajunge să ia hotărâri înțelepte:

- Valori solide care să asigure o bază în luarea deciziilor și în trecerea la fapte.
- O competență la nivel social.
- O implicare în privința pregătirii școlare.
- O identitate pozitivă.

Pentru ca tinerii noștri să fie capabili să-și însușească aceste elemente e nevoie și de o implicare din partea părinților. Dar presupune și niște eforturi din partea copiilor precum și a celor ce-i înconjoară în mai mică sau mai mare măsură.**

Ca părinți, cu toții avem o imagine mentală și emoțională a ceea ce vrem pentru copiii noștri, a felului în care am

* *Assets* (*Elemente*), Minneapolis: Search Institute, 1997, p. 2.
** *Ibid.*

dori să se realizeze în viață. Pe măsură ce ne gândim la multiplele fațete ale existenței lor, știm în adâncul sufletului că trebuie să ne implicăm total ca oameni spre a-i pregăti pentru viață. Aceasta înseamnă să putem ajunge până la emoțiile și spiritul lor, dar și până la mintea și trupul lor. Totodată, aceasta mai înseamnă și să abordăm îndatorirea noastră cea mai importantă cu convingerea că suntem privilegiați să le putem satisface nevoile celor dragi — toate nevoile. Aceasta înseamnă să fixăm cât mai bine cele patru pietre de temelie: Le vom *(1) oferi de bunăvoie iubirea noastră, (2) îi vom pregăti să fie capabili să trăiască productiv și disciplinat, (3) asigura o protecție fizică și emoțională și (4) explica și vom fi un model pentru modalitățile în care să-și stăpânească în mod ideal mânia.*

Aceasta este o misiune nobilă. Ea nu trebuie redusă la un simplu control asupra comportamentului de moment al copilului dacă dorim să nu avem probleme din cauza unor fapte inacceptabile. Această misiune presupune o implicare totală în viața fiecărui copil și a familiei în general.

Pe măsură ce analizăm ce anume dorim pentru copiii noștri, n-ar fi rău să ne oprim și asupra unei familii care a trăit cândva la Bethleem. Întâiul Fiu al acestei familii, Iisus, „sporea în înțelepciune și cu vârsta și cu harul, la Dumnezeu și la oameni" (*Luca* 2, 52). Cât de scurtă este această afirmație și totuși câtă iubire și educare se ascund în spatele acestui har. Ce minunat exemplu au dat Maria și Iosif, fiind niște părinți model pentru noi toți. Sigur că secolul XXI este altfel decât secolul I în Palestina și totuși harul Domnului este același care a fost și pentru Maria și Iosif. Și scopul este similar: să creștem copii înțelepți, maturi și iubitori de Dumnezeu și de oameni.

3

PRIMA PIATRĂ DE TEMELIE: CULTIVAREA IUBIRII

Fiii mei, să nu iubim cu vorba, numai din gură, ci cu fapta și cu adevărul.

I Ioan 3, 18

Toți părinții știu că și copiii lor au nevoie de iubire, dar puțini le oferă afecțiunea activă de care ar avea nevoie. Pentru a dezvolta constant și total existența lor, în perioada în care sunt încă în creștere copiii au nevoie de o relație sănătoasă și permanentă cu adulții care țin cu adevărat la ei și care le umplu rezervorul emoțional ori de câte ori este nevoie.

Puțini copii se simt cu adevărat iubiți și îndrăgiți de părinți sau de altcineva. Acesta este un factor extrem de important în a explica de ce copiii trec prin diverse crize personale în perioada adolescenței. Și totuși, cum e posibil, mai ales când majoritatea părinților au impresia că-și iubesc profund copiii? Mai ales că majoritatea adulților consideră afecțiunea față de tineri ca fiind o prioritate în societatea noastră?

În toate relațiile interumane, faptele sunt mai grăitoare decât vorbele. Iubirea și afecțiunea față de copii trebuie demonstrate și nu doar afirmate sau presupuse. Există două motive în acest sens. Mai întâi, cu toții ne întrebăm dacă putem să ne încredem în vorbe care nu sunt întărite de fapte corespunzătoare. Acest lucru este valabil la orice vârstă, fie că este de 8 sau 38 de ani, deși adulții discern mai bine când este vorba de o formă de iubire, chiar dacă mesajele nu sunt chiar explicite.

Cel de-al doilea motiv pentru care iubirea trebuie demonstrată este în legătură directă cu nevoile copiilor în creștere. Copiii noștri vin pe lume cu anumite capacități emoționale și comportamentale, dar învață de-a lungul mai multor ani să comunice verbal. Aceasta înseamnă că noi, ca părinți, trebuie să ne comunicăm iubirea față de copii, mai ales pe căi emoționale și comportamentale. Sigur că trebuie să ne exprimăm verbal iubirea în fiecare zi, dar trebuie să luăm în considerare faptul că aceste exprimări verbale înseamnă mai mult pentru noi ca părinți decât pentru un copil mic. Ceea ce-l determină pe un copil să se simtă iubit se bazează mai degrabă pe ceea ce facem, nu pe ceea ce spunem.

Un sentiment profund în sufletul nostru la adresa copiilor nu este suficient. Așa cum este insuficient și să le spunem copiilor că îi iubim. Pentru ca iubirea noastră să ajungă la ei, trebuie să îi iubim pe înțelesul lor, să ne manifestăm afecțiunea clar și practic. Asemenea demonstrații de iubire sunt mult mai eficiente decât cele verbale. Și totuși, trebuie să folosim zilnic ambele căi. Atunci când vorbele și faptele se combină în mod logic pentru a umple rezervorul de iubire al copilului, el capătă energia necesară ca să se dezvolte puternic din toate punctele de vedere.

Cadrul în care se poate exprima iubirea: acasă

Cum putem dezvolta aceste forme de exprimare eficiente și permanente? Cel mai bine iubirea poate fi arătată copiilor la ei acasă.

„Cea mai importantă relație în familie este cea conjugală. Atât calitatea legăturii dintre părinte-copil cât și cea a siguranței pe care o simte copilul depind în mare măsură de calitatea legăturii conjugale. De aceea este important să se vină în ajutorul unui soț și al unei soții spre a avea o bună relație înainte de a încerca să rezolve problemele de educație ale

copilului lor." Prima dată am scris aceste rânduri acum 25 de ani în cartea mea *How to Really Love Your Child* (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat copilul*), într-o perioadă în care presiunile asupra familiei aproape că păreau neînsemnate comparativ cu ce se întâmplă astăzi.

Veți citi multe lucruri în această carte despre iubirea necondiționată. O familie sănătoasă — una care își iubește copiii și le satisface nevoile emoționale — va ști să își exprime iubirea necondiționată. Fără o atmosferă de iubire necondiționată e greu să-ți exprimi convingător dragostea față de copil, pentru că vei intra în contradicție cu însuși aerul pe care copilul îl respiră zi de zi. Chiar dacă s-ar putea să ai ceva sorți de izbândă, tot vei transmite un mesaj confuz copilului.

Un element vital: iubirea necondiționată

Iubirea adevărată este necondiționată. La baza unei relații sincere și solide cu un copil este iubirea necondiționată, pentru că numai așa poate fi format emoțional și spiritual copilul. Doar iubirea necondiționată poate asigura ferirea copilului de crizele de mânie infantilă, de resentimente, de sentimentul de vinovăție, de depresii, de neliniști și de nesiguranță. Pentru că doar iubirea necondiționată pune pe primul loc nevoile copilului. Iubirea necondiționată este un element vital al primei pietre de temelie, în cazul unei educații părintești proactive.

În cei 30 de ani de când lucrez cu diverse familii, nu am întâlnit niciodată o excepție la următorul principiu de educare a copilului: *Este imposibil să-ți disciplinezi bine copilul atâta vreme cât relația primordială nu se bazează pe iubire necondiționată.* Actualmente mulți „experți" încearcă să convingă părinții să refuze această realitate. Unii îi îndeamnă să pună la baza educației un sistem de pedepse. Alții încearcă să-i convingă să folosească modificarea comportamentală — dar aproape niciodată nu îi spun pe nume.

Folosirea pedepselor, cum ar fi bătaia sau ciupitul, sau utilizarea Mod. C. ca principală cale de stabilire a unei legături cu copilul vor avea ca rezultat un dezastru de ambele părți, atât pentru părinte cât și pentru copil, cândva în viitor. Ambele tehnici pun accentul pe comportament fără a se preocupa mai întâi de nevoile emoționale și spirituale ale copilului. Utilizarea acestei metode printr-o reacție imediată a părintelui poate părea eficientă un timp, dar în cele din urmă atât părinții cât și copiii vor avea probleme care ar fi putut fi prevenite dacă ar fi fost mai întâi satisfăcute nevoile copiilor.

Copilul trebuie tratat cu afecțiune. Fără iubire necondiționată vă va fi aproape imposibil să înțelegeți comportamentul copilului vostru sau să puteți interveni asupra acestui comportament. Iubirea necondiționată este un punct de reper pentru voi ca părinți. Fără ea sunteți în plină beznă, lipsiți de niște semnale indispensabile. Puteți ușor să vă rătăciți și să vă dezorientați, pentru că nu știți cum să vă purtați cu copilul sau cum să depășiți situațiile dificile.

Iubirea necondiționată vă va da punctele de reper necesare pentru a ști unde vă aflați în raport cu copilul și cum puteți trata mai bine orice situație, inclusiv când este vorba despre disciplină. Doar pornind de la această bază de iubire necondiționată veți putea găsi echilibrul necesar între prea aspru și prea indulgent sau răbdător. Doar prin iubire necondiționată veți putea să vă păstrați respectul copilului față de voi. Doar iubirea necondiționată vă dă posibilitatea să satisfaceți efectiv nevoile copilului și să preveniți situația în care educația ar putea deveni o povară frustrantă și neclară.

Definirea iubirii necondiționate

Iubire necondiționată înseamnă să iubești un copil indiferent ce ar fi. Indiferent care ar fi capacitățile sale, avantajele,

aspectul sau trăsăturile de caracter. Indiferent de cine vă amintește copilul. Indiferent de ce îl înconjoară. Indiferent de ce așteptați de la el și, cel mai greu, indiferent cum se comportă — indiferent cum reacționează. Evident, asta nu înseamnă că întotdeauna veți aproba comportamentul lui. Înseamnă doar că îl veți iubi întotdeauna, chiar și când îi veți detesta comportamentul.

Iubirea necondiționată este idealul pentru care trebuie să se străduiască din răsputeri, permanent orice părinte. Numai bunul Dumnezeu poate iubi cu adevărat necondiționat. Numai El ne poate iubi și atunci când nu merităm să fim iubiți. Ca părinți nu putem să reușim întru totul asta, dar ne putem iubi copiii în majoritatea cazurilor. Cu cât ne apropiem mai tare de acest ideal, cu atât vom fi niște părinți mai buni.

Când copiii noștri erau mici, aș fi vrut ca Pat și cu mine să fi spus: „Ne iubim copiii tot timpul, indiferent de ceea ce se întâmplă, inclusiv de comportamentul lor." Dar ca orice alți părinți, nu am putut face asta. Și totuși, măcar am încercat să atingem acest scop minunat de a-i iubi necondiționat.

S-ar putea să vi se pară util să nu uitați lucrurile pe care Pat și cu mine le-am avut mereu în minte, atunci când a fost vorba de copiii noștri:

1. Sunt și ei copii.
2. Se poartă ca niște copii.
3. În mare parte comportarea copilărească este nesuferită.
4. Dacă eu, ca părinte, îmi îndeplinesc rolul și îi iubesc în ciuda comportamentului lor infantil, vor fi capabili să se maturizeze și să renunțe la acest mod de a se purta.
5. Dacă îi iubesc doar când îmi fac pe plac (iubire condiționată) și îmi exprim iubirea față de ei doar în asemenea momente, nu se vor simți iubiți cu adevărat.

În schimb, aceasta îi va face să aibă un sentiment de nesiguranță, le voi distruge părerea bună despre sine și practic îi voi *împiedica* să ajungă să preia controlul asupra propriei lor persoane și să se maturizeze comportamental. De aceea, comportamentul lor și dezvoltarea lor în acest sens intră în atribuțiile mele, dar și în ale lor.

6. Dacă îi voi iubi necondiționat, vor avea o părere mai bună despre ei și se vor simți bine în pielea lor. Atunci vor fi capabili să își stăpânească neliniștile și pe parcurs și comportamentul, pe măsură ce vor deveni adulți.
7. Dacă îi voi iubi doar când vor corespunde exigențelor mele sau așteptărilor mele, se vor simți incapabili. Vor considera că este inutil să se mai străduiască, pentru că niciodată nu va fi de ajuns. Nesiguranța și neliniștea vor pune stăpânire pe ei și vor deveni un permanent handicap în dezvoltarea lor emoțională și comportamentală.

De-a lungul tuturor acestor ani, în care m-am străduit să fiu un bun părinte de dragul meu și de dragul fiilor și fiicei mele, m-am rugat ca iubirea față de copiii mei să fie cât se poate de necondiționată. Viitorul copiilor mei depindea de această temelie solidă. Același lucru este valabil și pentru viitorul copiilor voștri.

Sensibilitatea sugarului

Emoțiile copiilor sunt extrem de delicate. Încă de la prima întâlnire de după naștere, sugarul simte sentimentele mamei. Dacă sesizează cea mai mică nuanță de respingere din partea mamei și ulterior din partea celorlalți, acest lucru va influența nociv dezvoltarea sa. Poate fi afectat felul în care se hrănește sau în care doarme, transformându-l într-o persoană temătoare și nefericită. Dacă mama

are alte probleme, de exemplu este bolnavă sau deprimată, sugarul își dă seama și reține un timp acest sentiment transmis, iar dacă problemele continuă la nesfârșit, în cazul copilului efectul poate fi pe viață. Din păcate sugarul îl poate interpreta drept un sentiment de respingere din partea părinților, ceea ce în realitate este cu totul altceva.

Primele impresii ale copilului asupra lumii sunt percepute la nivelul sentimentelor cu mult înainte ca el sau părinții să dețină controlul asupra comportamentului lui. Starea emoțională a copilului determină felul în care percepe lumea, părinții, familia și pe sine. Asta înseamnă că trebuie să avem grijă mai întâi de toate de nevoile emoționale ale copilului nu numai ca sugar, ci atâta vreme cât deținem această putere asupra sa.

Baza unei iubiri necondiționate constituie decorul pentru tot ceea ce urmează în viața copilului. Dacă percepe lumea ca fiind ostilă, că-l respinge, că nu-l iubește, că nu se îngrijește de el, apare anxietatea, marele dușman care se va transforma într-o problemă profundă ce va deveni un handicap aproape din toate punctele de vedere de-a lungul vieții. Îi va afecta capacitatea de a stabili legături cu ceilalți, de a învăța, de a vorbi bine și de a-și stăpâni propriul comportament. O neliniște excesivă îl va face pe copil vulnerabil la toate influențele negative din lumea noastră. Unul dintre principalele motive pentru care copiii și adolescenții se droghează este pentru că vor să-și aline neliniștea.

Părinții care doar reacționează în funcție de un comportament nu se gândesc la importanța vitală a acestei baze de afecțiune în educația copilului. Deși unii behavioriști recunosc că iubirea este necesară pentru binele copilului, nu am auzit niciunul explicând cum poate fi ea exprimată altfel decât prin acest sistem de răsplată și pedeapsă. Răsplătind comportamentele pozitive și pedepsindu-le pe cele negative, behavioriștii sunt adepții unei iubiri condiționate. Iubirea condiționată nu-i poate oferi niciodată copilului ceea ce are nevoie cu adevărat — să fie

acceptat, iubit și îngrijit de cineva. Se concentrează mult prea mult pe comportament fără ca mai întâi să ofere copilului ceea ce îi este necesar pentru a reacționa normal la corecții. Fără această temelie de iubire în final copilul va avea o atitudine de resentiment și de răzvrătire față de părinte chiar dacă nu se va manifesta decât în adolescență.

Rezervorul emoțional al copilului vostru

Ideea unui rezervor emoțional este o modalitate metaforică de a descrie nevoile emoționale ale copilului care trebuie satisfăcute prin iubire, înțelegere și o disciplină blândă. În măsura în care reușiți să-l mențineți plin, acest rezervor emoțional presupune două rezultate de o importanță capitală în viața copilului. Mai întâi, astfel se determină starea emoțională a copilului — dacă este neliniștit, bucuros, supărat, vesel, deprimat sau fericit. Această preocupare este extrem de neglijată în metoda de educație reactivă.

În al doilea rând, nivelul rezervorului emoțional afectează și comportamentul copilului. Îi influențează în mare parte reacția la educație și disciplină; determină în bună măsură dacă va fi ascultător sau neascultător, plângăcios sau plin de viață, vesel sau retras. Cu cât reușiți să țineți mai plin rezervorul emoțional cu atât sentimentele și comportamentul copilului vor fi mai pozitive.

Iată un adevăr important în privința educației care este crucial pentru copil: *Numai când rezervorul lui emoțional este plin, copilul poate funcționa la cote maxime.* A cui este răspunderea să întrețină acest rezervor plin? A voastră, a părinților. Comportamentul copilului este un indiciu excelent al stării rezervorului emoțional. Evident că educația și disciplina sunt foarte importante, dar ele devin mai dificil de aplicat și adesea sunt inutile dacă rezervorul emoțional nu este în permanență plin. Numai atâta vreme cât rezervorul

emoțional este plin, copilul poate fi fericit, își poate atinge întregul potențial și poate reacționa în conformitate cu disciplina și eventual pedeapsa, atunci când este cazul.

Așa cum ne rugăm: „Doamne, ajută-ne să împlinim nevoile copiilor așa cum și Tu le împlinești pe ale noastre", avem toată încrederea că El ne va ajuta. În *Filipeni* 4, 19, citim: „Iar Dumnezeul meu va împlini toată lipsa voastră după bogăția Sa, cu slavă, întru Hristos Iisus."

Copiii nu au capacitatea să iubească de la sine. Ei reflectă sau întorc iubirea care li se oferă. Dacă nu primesc iubire, nu au ce da înapoi. Dacă li se oferă o iubire necondiționată, ei învață s-o reflecte sau s-o întoarcă tot ca iubire necondiționată. Sursa unei asemenea iubiri necondiționate și dorința existenței sale vine de la Dumnezeu, iar sensibilitatea în privința umplerii rezervoarelor de iubire ale copiilor cu o asemenea iubire — și cu o disciplină blândă și înțelegătoare — vine tot de la Dumnezeu (vezi și *Ioan* 4, 19 și *Pilde* 3, 5–6).

Dacă li se oferă o iubire condiționată, s-ar putea să nu învețe niciodată să ofere în schimb o iubire matură, necondiționată. Ei vor continua pur și simplu să iubească așa cum au învățat, condiționat — respectiv în modul cel mai imatur prin care ar putea stabili o legătură cu altcineva. În educația bazată pe reacția imediată, care se concentrează asupra comportamentului copilului, nu există loc pentru iubire necondiționată. Aceasta explică de ce părinții care cad în capcana educației reactive se trezesc că utilizează pedeapsa ca principală cale de a stabili o relație cu copilul. Într-o asemenea situație rezervorul emoțional al copilului nu va fi umplut.

Să revenim la Mary

Aceasta a fost una dintre principalele cauze pentru care Mary, respectiv tânăra pe care am întâlnit-o în capitolul 1, s-a simțit dezorientată. Iubirea dintre Mary și părinții săi

era una condiționată. Dan și Jane și-au exprimat iubirea față de fiica lor atunci când a făcut ceva care le-a fost pe plac. Altfel, cel mai adesea i-au adresat critici, gândindu-se că astfel o vor mobiliza mai bine. Dacă venea acasă cu un 9, o întrebau de ce n-a luat 10. Deși Dan și Jane o iubeau pe Mary, ei își exprimau iubirea în mod ineficient, pornind de la comportamentul ei.

Ca urmare, Mary a crescut într-o anxietate și confuzie permanente. Știa oarecum că părinții o iubesc, dar nu s-a *simțit* niciodată iubită. Ea tânjea după o relație mai apropiată și mai caldă cu părinții ei, dar din păcate nu știa niciodată care este poziția lor, pentru că întotdeauna o criticau și îi ofereau o iubire condiționată. La rândul lor, ei au crezut că dacă își vor păstra afecțiunea și căldura doar pentru momentele în care Mary excela într-o direcție, atunci acest lucru ar fi putut-o stimula. Mary, însă, era un copil mediu cu performanțe medii. Rareori excela în vreo direcție, drept pentru care și mai rar primea acel accept și recunoaștere ca om.

Ca mulți părinți, Dan și Jane s-au temut să nu-și „răsfețe" copilul. S-au ghidat după cărțile de specialitate care susțineau că totul trebuie să pornească de la comportamentul copilului ce urma să fie răsplătit sau pedepsit în funcție de ceea ce făcea. S-au trezit astfel victimele acestei capcane a pedepselor. Nereușind să întrețină plin rezervorul emoțional al lui Mary, n-au reușit nici să creeze acea relație plină de căldură, de sens și de încredere.

Abordarea behavioristă părea să funcționeze când Mary era mai mică. Dar pe măsură ce a crescut, a început să aibă impresia că părinții ei nu sunt prea preocupați de nevoile sale, ci îi interesează mai mult să fie stimați ca părinți. Când Mary a devenit adolescentă, lipsa de iubire necondiționată a atins apogeul. Mary a început să aibă resentimente față de părinți și s-a decis să le submineze autoritatea procedând exact invers decât ar fi dorit ei. Cum până atunci fusese un copil docil, Dan și Jane au fost uluiți

de această modificare de comportament. Cum Mary nu învățase niciodată să-și iubească părinții necondiționat, se comporta acum într-un fel în care să-i mulțumească doar atunci când, la rândul lor, ei o mulțumeau. Cum Dan și Jane reacționau similar față de Mary, nimeni nu mai oferea iubire nimănui, pentru că fiecare aștepta ca altcineva să facă un gest frumos.

Ce încurcătură! Și totuși de atâtea ori am văzut copii care ajung la adolescență și se află încă în această stare normală agresiv-pasivă — dar despre asta vom vorbi mai mult în capitolul următor. S-a ajuns în situația în care Dan și Jane erau atât de uimiți și de nemulțumiți încât au hotărât să ceară ajutor. Situația lor se împotmolea tot mai tare, transformându-se într-o formă de frustrare și de deznădejde. Unii prieteni i-au încurajat să fie mai duri cu Mary și să-i ceară să îi respecte și să li se supună. Alții i-au spus că va fi nevoită să își asume consecințele acestui comportament nefericit și să tragă învățămintele de rigoare.

Nu e niciodată prea târziu să transformi o situație proastă într-una mai bună, așa cum au reușit în final și părinții lui Mary. Dumnezeu e tare bun și dorește să ne împace familiile chiar mai mult decât noi. Merită întotdeauna să nu te dai bătut în fața problemelor, să-ți iubești copiii necondiționat și să fii alături de ei în momentele grele. Chiar dacă nu se exprimă foarte bine, mulți copii își dau seama că le lipsește ceva esențial din formarea personalității. Este vorba despre iubirea necondiționată. Ei au fost lipsiți de un rezervor emoțional cu adevărat plin și nu au exact carburantul care le-ar fi de mare folos pentru a depăși, cu bine, momentele mai grele din viață.

Cum poate fi exprimată iubirea necondiționată

Fără iubire necondiționată, copiii sunt privați de un rezervor emoțional plin. Le lipsește carburantul necesar

pentru a trece cu bine prin momentele mai grele din viață. Părinții nu trebuie să se concentreze în special asupra comportamentului copilului, ci trebuie să se folosească de propriul comportament pentru a-și exprima iubirea față de copil și a menține rezervorul lui emoțional plin. Nu uitați, copiii sunt axați pe comportament: ei înțeleg mult mai bine faptele decât vorbele.

Există patru comportamente principale de care se pot folosi părinții pentru a oferi copiilor lor iubirea necondiționată și aș vrea să analizăm trei dintre ele în acest capitol pentru a pune în mișcare dragostea noastră. Cel de-al patrulea, formarea propriu-zisă, o vom analiza în capitolul următor.

Contactul vizual

Orice copil caută neîncetat iubirea părinților. Când rezervorul său emoțional nu este foarte plin sau este gol, prin comportamentul său întreabă: „Mă iubești?" O modalitate de a pune această întrebare este prin stabilirea unui contact vizual. S-ar putea ca el să spună: „Mămico, uită-te la mine!" sau „Tăticule, uită-te la mine!" Aceasta este o modalitate de a-și exprima o nevoie. Copilul dorește iubirea și atenția voastră.

Este ușor să oferi acest contact vizual și totuși puțini părinți o fac, pentru că nu sunt conștienți de importanța sa. Cu cât un părinte folosește mai mult contactul vizual cu copilul ca modalitate de exprimare a iubirii, cu atât copilul este mai bine educat și rezervorul emoțional mai plin.

Când discutăm cu adulții, vrem ca ei să ne privească în ochi. Avem tendința să-i favorizăm pe cei care sunt în stare să mențină acest contact vizual plăcut tot timpul discuției. Unii sunt incapabili să o facă pentru că nu știu ce înseamnă un contact vizual, având în vedere că părinții lor nu le-au oferit așa ceva în perioada de creștere. De obicei nici nu-și dau seama de acest handicap cumplit.

Mamele și tații care se ghidează după metoda de educație reactivă cel mai adesea oferă un contact vizual doar atunci când copilul face un lucru bun cu care părinții se mândresc. Acest tip de iubire condiționată poate avea niște efecte distrugătoare. Trebuie să nu uităm că acest contact vizual direct este una dintre principalele surse de formare emoțională a copilului. Când părinții îl folosesc cu o conotație negativă, copilul îi percepe negativ pe părinți. Când copilul e mic, s-ar putea să fie ascultător și docil de frică. Dar pe măsură ce crește și se menține sentimentul că nu este iubit, frica se transformă în mânie, în resentimente și uneori în depresie.

Pe măsură ce am discutat cu Mary, mi-a fost tot mai limpede că îi era foarte greu să mențină un contact vizual permanent și plăcut. Conștientă fiind de asta, încerca să corecteze problema; și totuși, la stres nu mai reușea.

Una dintre greșelile pe care le fac mulți părinți — uneori chiar și cei care aplică o educație proactivă — este să evite sau să refuze contactul vizual pentru a-și manifesta dezaprobarea sau pedeapsa. Aceasta este o formă de pedeapsă banală și crudă în același timp, care dăunează enorm copilului. *Contactul vizual trebuie utilizat permanent în manifestarea iubirii.* Copiii învață cum să trăiască luându-se după părinții lor. Dacă ei sunt permanent priviți în ochi, vor învăța cum să folosească acest obicei în mod cât se poate de sănătos. Dar dacă acest contact vizual este o modalitate a părinților de a-și manifesta dezaprobarea sau de a-și pedepsi copiii, ei vor avea un handicap serios în societate, pentru că-și vor folosi contactul vizual într-un mod care îi va enerva pe ceilalți.

Acest lucru îl va împiedica pe copil să stabilească niște relații solide, plasându-l într-o situație care îl dezavantajează la maturitate. Dacă nu poate corecta acest comportament, va avea tendința să fie tot mai singur și să se simtă respins de semeni. De fapt, copiii cei mai îndrăgiți și mai

simpatizați sunt cei care pot menține acest contact vizual plăcut în prezența celorlalți.*

Știm că privirea sugarului reușește să se concentreze pe ceva de la două sau patru săptămâni încolo. Prima imagine care îi reține atenția sugarului este un chip uman, în special ochii. Pe măsură ce copilul reușește să-și coordoneze privirea, încearcă să capteze alți ochi. La început pot fi orice ochi, dar în curând îi va căuta în special pe cei ai mamei. Ochii sugarului cercetează mai ceva ca o antenă de radar. Când dau peste țintă, adică peste alți ochi, se fixează pe ei. La această vârstă foarte fragedă copilul deja se hrănește din punct de vedere afectiv, încercând să-și umple rezervorul emoțional.

Încă înainte ca respectivul copil să dețină controlul asupra privirii, el este capabil să se hrănească afectiv prin intermediul contactului vizual cu ochii mamei, pentru că sugarul se uită în ochii mamei în timp ce este alăptat. În aceste prime luni, copilașul învață enorm de multe lucruri despre lume. El se grăbește — elementele de bază ale personalității tale, modul de gândire, stilul de vorbire și alte trăsături importante se vor fixa până să împlinească vârsta de 5 ani. Și iată cum un dar aparent atât de simplu — o privire călduroasă — devine crucial în dezvoltarea copilului.

Contactul fizic

Cât de multă iubire poate transmite afecțiunea fizică adecvată și totuși cât de puțini copii sunt mângâiați așa cum se cuvine de către părinți! Majoritatea îi mângâie doar

* Un studiu clasic din 1971 aparținând Catedrei de Psihiatria Copilului din cadrul Universității din Florida, Facultatea de Medicină, a arătat că într-un salon de pediatrie dintr-un spital, copiii care reușeau să stabilească un contact vizual corect erau mult mai des vizitați. Copiii cel mai puțin simpatici, cei în ale căror saloane infirmierele și voluntarii intrau rar, nu stabileau contacte vizuale, uitându-se doar o clipă spre cel venit în vizită și apoi privind repede în pământ sau în altă parte.

când n-au încotro — când le fac baie sau când îi îmbracă, ori când îi suie în mașină etc. Copiii vor mai primi și câte o îmbrățișare sau câte un pupic din când în când, dar cam asta e tot. Mult prea puțini părinți profită de această șansă minunată și aproape lipsită de orice efort de a menține plin rezervorul emoțional al copilului. Când contactul fizic este însoțit de cel vizual, copilul se simte și mai iubit.

Apropo de contactul fizic, nu mă refer aici doar la îmbrățișări și sărutări, două modalități de exprimare care nu pot fi utilizate tot timpul. Mă refer la tot felul de tipuri de contact fizic — o mângâiere pe umăr sau pe spate, o mână prin păr sau un scărpinat pe spate, un ușor ghiont între coaste, și așa mai departe. Toate aceste întâlniri directe îi dau de înțeles copilului că îl iubiți. Ele păstrează plin rezervorul emoțional. Și dacă o facem ori de câte ori avem ocazia, ne vom demonstra iubirea necondiționată față de copil.

Un studiu făcut de Facultatea de Medicină a Universității din Miami, respectiv de Institutul de cercetări asupra contactului fizic, a demonstrat că mângâierile ajută la dezvoltarea fizică și mintală. Așa cum scria într-un articol din revista *Reader's Digest*, studiul a arătat că acei copii născuți prematur și care au fost supuși unui masaj puternic, alternat cu unul blând pe 3 perioade de câte un sfert de oră zilnic, au câștigat în greutate cu 47% mai mult decât ceilalți cărora nu li s-a dat nicio atenție. Cei masați au dormit mai bine, s-au dovedit a fi mai vioi și mai activi. Opt luni mai târziu, au dat dovadă de mai multe calități mintale și fizice.*

Puteți include în relația de zi cu zi contactul vizual și cel fizic cât se poate de firesc în relația cu copilul. Acest tip de afecțiune — întâmplătoare, frecventă și adecvată — este un dar foarte prețios pentru copii. Împreună cu atenția

* Lowell Ponte, *The Sense That Shapes Our Future* (*Simțurile ne modelează viitorul*), Reader's Digest, ianuarie 1992, p. 87.

care li se dă (cel de-al treilea comportament important) reprezintă calea cea mai eficientă de a umple rezervorul emoțional al copiilor și de a-i determina să funcționeze la potențialul maxim.

Din păcate, Mary nu a cunoscut acest tip de contact vizual și fizic din partea părinților. Nu s-a simțit niciodată în siguranță și mereu a căutat afecțiunea din partea celorlalți — afecțiune pe care ar fi trebuit s-o primească din partea părinților. Acest lucru a făcut-o foarte sensibilă la tragediile prin care urma să treacă.

Contactul fizic merită efortul, mai ales în perioada de adolescență. Părinții care și-au manifestat astfel afecțiunea încă mai dinainte vor constata că adolescența este mai ușor de depășit. Adolescenții care au fost crescuți beneficiind de contact fizic se vor simți bine în momentul în care el are loc. Astfel rezervorul lor emoțional e mai ușor de păstrat plin, mai ales în momentele în care devin foarte necomunicativi. Dacă refuză contactul vizual și atenția care li se dă, contactul fizic poate deveni una dintre puținele căi eficiente de a menține rezervorul emoțional plin și de a-i face să se simtă în continuare iubiți.

Câte ceva și despre reacțiile copiilor în adolescență. Adolescenții trec adesea prin faze în care nu doresc să fie aproape de părinți sau să le vorbească părinților. Chiar și atunci e foarte important ca părinții să le mențină rezervorul emoțional plin. Acest lucru nu este ușor când adolescenții au tendința să se izoleze. Totuși, în asemenea momente se poate stabili un contact fizic cu copilul. Când adolescenții sunt într-o asemenea stare, sunt de obicei atât de absorbiți de propria lor persoană încât nici nu mai observă o mângâiere întâmplătoare din partea părinților. Mângâierile voastre deci nu trebuie să fie mai puține. Dimpotrivă, trebuie să mențineți sau chiar să sporiți numărul de mângâieri.

Contactul fizic este o modalitate care vă stă la îndemână pentru a le oferi o iubire necondiționată copiilor. El poate fi folosit în foarte multe feluri pe care nu le-am menționat aici.

Atenția acordată copilului

O a treia modalitate de a satisface nevoile copiilor este să le dați atenție. E nevoie de ceva mai mult efort din partea voastră decât în cazul unui contact vizual sau fizic. De fapt uneori presupune chiar sacrificii de timp, de aceea vi se poate părea adesea că duceți lipsă de timp. Mai mult, s-ar putea să vă solicite în momentele în care veți fi foarte puțin dispuși — când sunteți obosiți sau nu vă simțiți bine ori trebuie să terminați urgent ceva la care lucrați.

Atenția acordată înseamnă o atenție totală din partea voastră, astfel încât copilul să se simtă cu adevărat iubit. Este o încercare de a-l face să simtă că pentru voi el este cea mai importantă ființă de pe fața pământului. Făcându-l să se simtă atât de prețios pentru părinți și îndreptățit să ceară atenție, va ajunge să merite această atenție totală și o preocupare fără limite din partea părintelui.

S-ar putea să vă întrebați dacă această atenție permanentă nu cumva îl va face pe copil să devină un „răsfățat". Nu e cazul. Copilul devine răsfățat atunci când nu reușiți să-l formați și să-l iubiți suficient. În Evanghelii putem vedea exact care erau sentimentele lui Iisus față de copii.

> Și aduceau la El copii, ca să-și pună mâinile peste ei, dar ucenicii certau pe cei care-i aduceau.
> Iar Iisus, văzând, S-a mâhnit și le-a zis: Lăsați copiii să vină la Mine, și nu-i opriți, căci a unora ca aceștia este împărăția lui Dumnezeu.
> Adevărat zic vouă: Cine nu va primi împărăția lui Dumnezeu ca un copil nu va intra în ea.
> Și, luându-i în brațe, i-a binecuvântat, punându-Și mâinile peste ei.
>
> (*Marcu* 10, 13–16)

Sigur că Iisus a pus mare preț pe copii și nu a considerat niciodată că vremea petrecută cu ei L-a împiedicat

să facă altele. La fel și în Vechiul Testament, se pune mare preț pe copii: „Iată, fiii sunt moștenirea Domnului, răsplata rodului pântecului." (*Psalmii* 126, 3) Când Isav s-a întâlnit cu fratele său Iacov după mulți ani de despărțire, el l-a întrebat: „Cine sunt aceștia?" și răspuns-a Iacov: „Copiii cu care a miluit Dumnezeu pe robul tău!" (*Facerea* 33, 5).

Dacă vrei să fii un părinte excepțional, trebuie să-i acorzi toată atenția copilului tău. Procedând astfel, îi vei împlini cea mai mare nevoie a sa. Din păcate majoritatea părinților înțeleg greu această nevoie și o satisfac și mai puțin. Este atât de ușor să înlocuiești favorurile și darurile printr-o atenție sinceră și totală. Ea presupune însă mai mult timp și energie.

Dar pe termen lung vei face o mare economie de timp și energie, scăpând și de necazuri, dacă vei petrece timpul necesar în care să acorzi atenția ta necondiționată copiilor. Nu numai că ei vor face tot posibilul, se vor simți excelent și se vor comporta mai bine, dar și relația dintre voi va fi extraordinară. În anii care urmează nu va trebui să îndrepți răul provenit din neglijarea acestei nevoi.

Stabilirea priorităților

Copiii necesită timp. Și totuși, ca părinți avem o casă de întreținut, suntem angajați undeva, trebuie să ne respectăm îndatoririle față de Biserică și societate. Drept urmare ajungem la concluzia că n-avem destul timp să ne îndeplinim toate obligațiile așa cum am dori. Și nu le îndeplinim. La ceva trebuie să renunțăm. Dacă nu vom fi conștienți de acest lucru, vom cădea în ceea ce se numește „tirania nevoii imediate": adică ne vom ocupa doar de lucrurile urgente în momentul respectiv, neglijând lucrurile importante. Dacă vom presupune cu naivitate că până la urmă totul se va rezolva și ne vom ocupa mai întâi de lucrurile urgente,

nu vom reuși să ne rezolvăm lucrurile importante. Dacă imediatul este cel care deține supremația în viața noastră, nu ne vom putea concentra asupra copiilor și probabil că nici asupra altcuiva.

Din lipsă de timp trebuie să ne stabilim niște priorități și să hotărâm ce anume dorim să realizăm, iar apoi să ne organizăm timpul în funcție de scopuri. Aceasta înseamnă că trebuie să deținem controlul asupra timpului nostru. În fruntea listei de priorități trebuie să fie copiii. Ei au nevoie de întreaga noastră atenție pentru a se dezvolta așa cum se cuvine. Dacă ne vom face datoria față de ei, vom fi răsplătiți însutit.

Ca părinți, trebuie să hotărâți ce anume contează cel mai mult pentru voi. Ce prioritate reprezintă copilul în viața voastră? Dacă nu veți defini bine asta, copilul va ajunge o prioritate *secundară* și va suferi din pricina faptului că nu-i dați atenție. Am cunoscut oameni minunați care au reușit în multe direcții în viață. Dar s-au descurcat jalnic când s-a pus problema să își considere copiii prioritari. Copiii au multiple probleme chiar dacă vin din familii bune și cu părinți care sunt niște oameni minunați — ei bine, aceștia n-au știut să îi trateze prioritar pe copii.

Obiectivul acordării atenției necondiționate împreună cu contactul vizual și cel fizic este să insufle copilului sentimentul că: „Mămica și tăticul sunt numai ai mei." „Pentru părinții mei sunt ființa cea mai importantă de pe lumea asta." Când veți reuși să-i oferiți această comoară copilului vostru, înseamnă că vă aflați pe drumul reușitei ca părinți.

Forța binelui

În această lume a noastră nesigură, darul atenției totale și al iubirii necondiționate este cel mai de preț, putând insufla copilului acea forță a binelui. Nicicând n-a fost mai

important să le oferim copiilor încrederea în sine, ideea că se pot bizui pe ei și un echilibru emoțional și spiritual. Fără toate acestea, vor suferi de neliniște și nesiguranță, iar dezvoltarea lor emoțională și psihologică va fi plină de impedimente.

Atunci când veți încerca să stabiliți o ordine a priorităților în felul în care vă administrați timpul, nu uitați că cel mai bun mod de a da toată atenția copilului este să petreceți cât mai multă vreme doar cu el. Când copiii mei erau mici, mi-a fost foarte greu să-mi găsesc timp pentru asta, dar am învățat să fac eforturi în acest sens. Când fata mea studia muzica, mi-am aranjat în așa fel programul încât s-o pot lua de la ore și s-o duc la un restaurant în oraș să mănânce. În aceste momente petrecute împreună îi puteam acorda toată atenția lui Carey și puteam totodată să ascult ceea ce voia să-mi împărtășească.

Este extrem de eficient să îți petreci timpul doar cu copilul. Poți crea o relație mai specială, trainică, de care copilul are o nevoie disperată pentru a face față realităților vieții și a se pregăti pentru viitor. Copilul își va aminti aceste momente și ani de zile mai târziu, când viața va deveni mai grea și dorința de independență îi va crea o stare conflictuală și de confuzie. Când copilul va fi mare, își va aminti de momentele pe care le-ați petrecut cu el și va avea un sentiment de mângâiere care îi va da multă forță.

Miza este mult mai mare astăzi, căci ce poate fi mai rău decât un copil, un adolescent sau un adult capricios? Ce poate fi mai minunat decât o fiică sau un fiu care să fie echilibrați și fericiți?

Aceasta este răspunderea — și privilegiul vostru. Totul este să fiți disponibili în ceea ce privește copiii, să le fiți aproape la nevoie. În anii de adolescență, copiii s-ar putea să aibă nevoie de o perioadă de încălzire pentru a vă mărturisi gândurile cele mai profunde. E o adevărată binecuvântare

să fi pus bazele unei relații prin care copilul ajuns adolescent să vă mărturisească sentimentele sale.

Am discutat despre importanța timpului petrecut între patru ochi cu copilul. Și totuși nu e întotdeauna posibil. Uneori poți da senzația că ești doar cu el chiar când sunt și alții de față. Poți face asta stabilind un contact vizual mai intens, întorcându-te spre copil și rămânând în această poziție un timp. Și dacă se poate, stabilește și un contact fizic. Poți eventual să-i faci cu ochiul copilului sau să-i faci un semn. Semnul meu preferat era să îmi duc arătătorul la nară și apoi spre copil. Aproape întotdeauna mi se răspundea la acest semnal care era însoțit de un zâmbet larg.

Da. Categoric că acordarea întregii atenții adesea presupune mult timp și o povară pentru niște părinți care sunt deja istoviți după o zi grea. Dar este mijlocul cel mai eficient de a menține plin rezervorul emoțional al copilului și de a investi în viitorul său.

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITARY

4

CEA DE-A DOUA PIATRĂ DE TEMELIE: PREGĂTIREA ȘI DISCIPLINA

Dumnezeu nu ne-a lăsat pe pământ spre a nu ne băga în seamă, ci pentru a ne înțelege cât mai bine.

PETER DE VRIES

Într-o dimineață, după ce am terminat o consultație la dentist, mi s-a făcut foame și m-am dus la un restaurant din apropiere ca să iau prânzul. Cum stăteam acolo la rând să comand, o mamă cu doi copilași m-a recunoscut — îi fusesem medic pe vremea când era adolescentă. A venit la mine, m-a îmbrățișat și mi-a spus: „Dr. Campbell, mă mai ții minte? Sunt Michelle Morgan. Aș vrea să stăm de vorbă."

Mi-am dat seama imediat că nu era doar o simplă discuție la o masă. Mi-a explicat că are niște probleme cu care se confruntă în viață. Din fericire, Michelle era cu niște prietene care s-au ocupat de copii, așa încât am acceptat să discutăm. Ne-am așezat să mâncăm și am vorbit. Michelle a început prin a-mi povesti despre frustrările ei profunde în privința educării copiilor săi în vârstă de 3 ani și 1 an și jumătate.

„Pur și simplu nu știu ce să mă mai fac, dr. Campbell. Mă simt foarte nepregătită ca mamă. Pe de altă parte, îmi amintesc cum am fost eu crescută și mă tem să nu-mi educ copiii în același fel. Soțul meu îmi tot spune că sunt o mamă minunată, dar nu-mi vine să-l cred.

Văd problemele cu care se confruntă majoritatea prietenelor mele și mă întreb cum voi reuși să mă descurc vreodată. Mi-aș dori așa de mult să fie fericiți copiii mei și să se transforme în niște oameni buni."

Michelle este asemeni multor părinți din ziua de azi. Nu există o școală a părinților și schimbările în cadrul culturii noastre care a căpătat un ritm extrem de rapid au dus la o dezorientare totală a părinților. Majoritatea părinților tineri își cresc copiii așa cum au fost crescuți și ei și au impresia că știu destule pentru a face o treabă bună. Este oarecum firesc să simți asta când copiii sunt mici, dar când copiii se fac mai mari părinții își dau seama că nu sunt în posesia tuturor răspunsurilor. De asemenea, ei înțeleg că au făcut niște greșeli pe care ar vrea să le corecteze.

Nu ne mai putem permite acest lux. Este important să reușim de prima dată. Nu mai e loc de greșeală, așa cum se întâmpla în trecut. Aceasta înseamnă că trebuie să înțelegem foarte bine nevoile copiilor și exact în direcția asta s-au denaturat multe idei.

Prea multă iubire?

Mulți cred în teoria că, dacă „e prea multă iubire", copilul ar putea deveni răsfățat. De asemenea, mai cred că problemele copilului pornesc de la lipsa de disciplină pe care o îndreaptă cu pedepse aspre. Astfel iubirea este dată deoparte și se pune accent pe pedeapsă. Dar așa cum am arătat deja, fiecare copil simte nevoia unei certitudini în privința iubirii. Și atunci ce se întâmplă? Părinții sunt prinși în această „capcană a pedepselor", se raportează la copil în special prin intermediul pedepsei, neglijând iubirea pe care ar trebui să și-o manifeste permanent. De-a lungul timpului, împotmoliți în capcana pedepselor, părinții constată că influența lor a fost serios slăbită, dacă nu chiar complet anulată. Cel mai rău este că acești părinți nu reușesc să-și transmită iubirea direct de la sufletul lor spre cei pe care îi îndrăgesc cu adevărat — respectiv către copii.

Este esențial ca mai întâi să fie satisfăcute nevoile emoționale ale copiilor. Apoi îi putem disciplina și îi putem

pregăti cu adevărat eficient pentru viață. Atunci, la rândul nostru, putem fi mai încrezători; ne putem destinde puțin și ne putem bucura de copiii noștri. Ca părinți iubitori n-avem dreptul să ne pedepsim copiii înainte de a ne îndeplini îndatoririle față de ei, dintre care prima este satisfacerea nevoii lor de iubire.

Majoritatea părinților sunt total dezorientați în această privință, gândindu-se că pedeapsa este pe primul loc. Dacă urmează această metodă care pune pe primul loc disciplina, vor avea tot mai multe probleme cu copiii în anii ce urmează. Dacă urmează calea satisfacerii mai întâi a nevoilor emoționale ale copiilor, vor constata că toate aspectele educației părintești sunt mult mai eficiente și mai agreabile.

Cine deține controlul?

Copilul manipulator

Disciplina presupune că părinții dețin controlul. Totuși, în tot mai multe case, părinții au pierdut controlul asupra copiilor. Vedem copii de 3 sau 4 ani care aleargă și fac un tărăboi îngrozitor, fiind perfect conștienți de faptele lor. Puștiul de 3 ani, Josh, care prefera să meargă cu părinții decât să rămână cu o mătușă, într-o seară a înscenat un întreg spectacol plin de dramatism în care s-a aruncat pe jos și a început să țipe întruna strident. Aproape că a avut câștig de cauză, numai că mătușa i-a rugat pe părinți să plece totuși. Ea a presupus că Josh nu are nimic și că o să-i treacă de îndată ce ei vor pleca. După ce au plecat, l-a întrebat: „Ce a fost toată povestea asta? Încercai să-ți manipulezi părinții?" Istovit de eforturile pe care le făcuse, Josh a mărturisit dând din cap că da.

Nu trebuie niciodată să subestimați capacitatea unui copil de a folosi subterfugii ca să vă manipuleze. Va încerca să vă forțeze mâna sau să vă joace pe degete. Se va strădui să devină un mic tiran foarte puternic. Dacă lucrurile nu

sunt ținute sub control atunci când copilul este încă mic, comportamentul se va accentua cu timpul. În casele în care unul sau mai mulți copii dețin controlul, părinții sunt tot mai dezorientați, iar dominația copilului devine tot mai puternică. În vreme ce părinții se concentrează pe diverse alte direcții și trec prin presiuni financiare și profesionale tot mai mari, copilul își concentrează întreaga atenție într-o singură direcție, și anume să dețină controlul absolut.

Întrecerea pentru putere și control este exacerbată de tensiunile crescânde pe care le resimt mulți părinți atunci când sunt mult prea solicitați și încearcă să mulțumească pe toată lumea. Când sunt istoviți, le lipsește energia și răbdarea de a-și aborda copiii în mod pozitiv.

Adesea, acești părinți sunt prea obosiți să se implice așa cum s-ar cuveni în căsnicia lor. Descoperiri recente au arătat că tensiunile multiple ale vieții au un efect dramatic asupra relației în cuplu. Problemele sexuale au crescut simțitor în societatea noastră. Când ambii soți lucrează, adesea ajung acasă obosiți și nu mai sunt dispuși să acorde atenția cuvenită familiei. Toate acestea au tendința să-i facă pe părinți să reacționeze cu asprime la comportamentul nedorit al copiilor, în loc să trateze totul cu calm.

Pe măsură ce atmosfera din casă este tot mai tensionată, nivelul de confuzie între părinți și copii crește, iar cercul vicios se accentuează. Întrecerea pentru putere și control continuă. Acești părinți trebuie s-o ia de la zero și să recapete controlul asupra vieții lor și asupra căminului lor.

Tommy: „Eu comand!"

Jeff și Margie s-au plâns că au pierdut controlul în privința fiului lor, Tommy, pe care nu mai reușesc să-l stăpânească. Cum vrea ceva, cum începe să plângă fără să mai apuce să spună ce vrea. Înainte ca ei să afle ce vrea el, Tommy țipă de-ți sparge urechile.

În final, Tommy devine de-a dreptul amabil, adică se mulțumește să țipe la cei doi, spunându-le exact ceea ce vrea. „Vreau jucăria aia!" „Înghețată, înghețată. Acum!" Între timp, îi apucă o adevărată frenezie să-i dea tot ce vrea, numai să nu mai țipe. Dacă n-ar fi atât de sfâșietor și de neplăcut, momentul ar putea fi considerat de-a dreptul hilar. Vă asigur că în casa aceea nu era o atmosferă prea veselă, pentru că părinții deveniseră atât de frustrați încât uneori țipau și ei la Tommy. „Tommy, ajunge! Taci din gură și o să-ți capeți jucăria." În acest moment totul era scăpat de sub control și se punea problema cine este de fapt mai imatur în reacție. Faptul că educația este treaba unui adult nu era prea clar în casa aceea.

Când Jeff și Margie aveau musafiri, prieteni sau rude, Tommy prelua total controlul. El știa că părinții ar fi fost în stare de orice ca să nu fie umiliți de el, deci îi avea la mână. Evident, comportamentul lui i-a făcut pe musafiri să se simtă la fel de prost ca Jeff și Margie și să se întrebe de ce acești părinți aparent normali nu-și puteau stăpâni copilul. Ei gândeau, și uneori chiar spuneau: „De ce nu-i trag o mamă de bătaie?"

Jeff și Margie au fost însă destul de înțelepți încât să caute un ajutor când încă nu era prea târziu. Știau că trebuie să fi fost o soluție care le scapă și s-au hotărât s-o descopere. Cum Tommy avea 4, și nu 14 ani, au reușit să facă niște rectificări majore. Prima a fost să învețe să-i satisfacă nevoile emoționale. Apoi au fost nevoiți să descopere cum să-l formeze astfel încât să se comporte așa cum se cuvine și să aplice niște pedepse pline de afecțiune atunci când era cazul.

Pentru că părinții și-au luat foarte în serios răspunderea pe care o aveau, Tommy este acum un adolescent fericit și fără probleme. Se înțelege bine cu părinții, în mare parte datorită faptului că ei au învățat să rămână calmi și amabili tratând totul cu fermitate și de pe poziția în care ei dețineau

controlul. Au învățat ceva mai greu, ce-i drept, dar acum știu că părinții trebuie să fie stăpâni pe situație în orice moment. Să fii ferm nu înseamnă să fii inflexibil. Înseamnă că părinții își vor menține poziția atunci când încearcă să afle ce se întâmplă și cum pot trata mai bine problema.

Deținerea controlului mai înseamnă și că părinții nu trebuie să stabilească o relație cu copiii bazată pe frică. Actualmente ne confruntăm cu mulți părinți care se situează la una dintre cele două extreme, ambele dezastruoase. Unii dețin un prea mare control, fiind prea aspri și axați pe pedepse, în vreme ce alții sunt prea permisivi și se tem să dețină controlul asupra copiilor lor. Aceste două extreme pornesc de la o cauză comună — frica. Ambele categorii de părinți se tem de pericolele cu care ne confruntăm în ziua de azi. Părinții din prima categorie se tem că, dacă nu sunt stăpâni pe situație, copiii o vor apuca pe căi greșite. Părinții din cealaltă categorie se tem că, dacă își supără copiii, aceștia se vor răzvrăti împotriva lor în diverse moduri foarte periculoase. Educarea copiilor într-o asemenea atmosferă de teamă este dăunătoare atât pentru părinți cât și pentru copii și inevitabil se vor crea probleme. Acești părinți trebuie să învețe cum să asigure o disciplină afectuoasă copiilor lor.

Ce înseamnă disciplina?

Este esențial să înțelegeți că disciplina nu e sinonimă cu pedeapsa. Da, pedeapsa este o formă de disciplină, dar una de tip negativ. Pedeapsa trebuie să reprezinte doar o mică parte din disciplină. Principalul motiv pentru care educarea este tot mai dificilă și tot mai mulți copii sfârșesc atât de prost este că relația părinte/copil este predominant negativistă.

Părinții pot face ca această relație să devină pozitivă. Este logic să folosești toate resursele pozitive disponibile

înainte de a recurge la cele negative. Și totuși, există momente în care pedeapsa se cade a fi folosită, dar majoritatea părinților o folosesc ca principal mijloc de a-și disciplina copiii. Acesta este un tip de educație reactivă și în mare măsură poartă vina pentru atitudinea antiautoritate pe care o constatăm la mulți dintre copiii noștri.

Este important să înțelegem corect ce înseamnă disciplina. *Cel mai important lucru în privința unei bune discipline este ca părinții să-i facă pe copii să se simtă iubiți.* După care părinții pot trece la faza următoare a disciplinei de calitate: *să-i formeze din punct de vedere al minții și al caracterului astfel încât să poată deveni niște membri activi și stăpâni pe sine ai societății.* Disciplina presupune formare, iar disciplina eficientă folosește toate tipurile de comunicare posibile: puterea exemplului, modelul de urmat, instrucțiunile verbale, cererile scrise, pregătirea și asigurarea unor situații din care să învețe și să i se pară distractiv în același timp. După cum vedeți, toate acestea sunt niște lucruri pozitive.

Da, pedeapsa face și ea parte din disciplină și are categoric locul său în formarea copilului, dar nu trebuie niciodată să o folosim ca principal mijloc. Călăuzirea copilului spre ce e bine în viață este un lucru mult mai important decât pedepsirea copilului pentru greșelile sale. Disciplină înseamnă formare și părinții au datoria ca mai întâi să-și iubească sincer copiii și apoi să le asigure toate datele necesare formării de-a lungul multor ani. Când copilul se simte iubit, când rezervorul emoțional este plin, atunci este momentul ideal să fie educat.

Copilul trebuie să se identifice cu părinții pentru a accepta sfaturile lor fără resentimente, ostilitate sau împotrivire. Când copilul nu reușește să se identifice cu părinții și nu se simte iubit, consideră orice dorință a părinților ca pe un lucru impus cu forța și învață să respingă această idee. Mulți copii din ziua de azi au o părere negativă despre autoritatea părintească. Ea în final se extinde asupra ideii de

autoritate în general și duce la exact opusul rezultatului așteptat. Acest comportament lipsit de respect se extinde dincolo de cămin, ajungând la școală și în alte locuri publice, cum ar fi magazinele.

Cum vă puteți forma copiii pentru a-i respecta pe cei din jur și autoritatea așa cum se cuvine? Crescându-i astfel încât să rămână atașați de părinți din punct de vedere emoțional, prin iubire și respect. Din nou, asta presupune că voi trebuie să (1) îi iubiți necondiționat, (2) să le păstrați rezervorul emoțional plin și apoi (3) să le oferiți pregătirea de care au nevoie în viață.

Cum iubește un copil

Înainte de a reuși să vă disciplinați eficient copilul, trebuie să înțelegeți felul în care vă iubește el — care este total diferit față de iubirea unui adult. Cum copiii sunt încă mici, neformați, și iubirea lor este neformată, imatură.

Iată mai întâi un exemplu de iubire a adulților. Henry o iubește foarte mult pe Barbara și vrea s-o ia de soție. Face tot posibilul ca și ea să-l iubească fiind amabil, drăguț, atent și săritor. El încearcă să-i câștige dragostea. Această abordare rațională de a obține iubirea cuiva se numește *dragoste reciprocă*. Henry face tot posibilul pentru a obține în schimb iubirea Barbarei. Deși adulții ar trebui de fapt să încerce să se iubească necondiționat, în majoritatea cazurilor însă, nu suntem capabili decât de o iubire reciprocă. Doar rareori ajungem la un nivel mai înalt, de iubire necondiționată.

Un copil însă nu este capabil să iubească la niciunul dintre aceste niveluri — necondiționat sau reciproc. Fiind încă neformat, copilul iubește axându-se pe sine. El iubește instinctiv și tot instinctiv își cunoaște propria nevoie de a fi iubit. El e conștient că trebuie să obțină această iubire din partea părinților. Și totuși, nu este conștient că și părinții

au niște rezervoare emoționale care trebuie umplute cu iubire necondiționată. Singura preocupare a copilului este ca el să se simtă iubit.

Când rezervorul lui de iubire este plin, nu se simte obligat să se comporte astfel încât să îi determine pe părinți să îl reumple cu iubire necondiționată. Dacă însă rezervorul este gol, atenție, pentru că atunci va întreba cu disperare: „Mă mai iubești?" și asta o face prin comportamentul său. Nu uitați că de fapt copiii se axează pe comportament. Felul în care părinții răspund acestei întrebări despre iubire determină modul în care copilul se va dezvolta. De asemenea, determină felul în care își va stăpâni comportamentul. *Principala cauză a unui comportament nedorit este un rezervor emoțional gol.* Evident că există și alte cauze pentru un comportament nedorit, dar rezervorul emoțional gol este cea mai des întâlnită. De asemenea, un rezervor emoțional gol va face ca orice comportament nedorit să fie mai grav și mai frecvent.

De ce este atât de important ca părinții să înțeleagă cum iubește copilul? Majoritatea părinților cred că el trebuie să-și câștige iubirea și afecțiunea printr-un comportament pozitiv. Și totuși, copilul este mult prea imatur ca s-o facă. Copilul testează de la sine iubirea părinților prin comportamentul său, mai ales când nivelul din rezervorul emoțional este scăzut. Dacă părinții nu înțeleg cum iubește copilul, vor fi total dezorientați și exasperați când acesta nu se va comporta așa cum se așteptau ei. Vor interpreta greșit un comportament normal, ca pe unul lipsit de iubire sau de respect.

De multe ori, un copil se poartă urât pentru că el cerșește un răspuns pozitiv la întrebarea: „Mă iubești?" Când părinții îl asigură că da, este iubit cu adevărat, tensiunea dispare; el nu se mai simte nevoit să testeze iubirea părinților prin alte comportamente nedorite. Totuși, dacă părinții nu înțeleg și consideră că un copil trebuie să câștige afecțiunea

printr-un comportament pozitiv, se vor simți permanent frustrați. Vor considera că el se poartă cu o totală lipsă de respect, ca un prost-crescut care nu iubește, când de fapt el nu face altceva decât să pună o întrebare foarte copilăroasă: „Mă iubești, mămico?" „Mă iubești, tăticule?"

„De ce are nevoie copilul meu?"

Când un copil se poartă urât, înseamnă că nu a fost satisfăcută o nevoie. Trebuie să ne întrebăm: „De ce are nevoie copilul meu?" Din păcate majoritatea părinților își pun altă întrebare: „Cum pot corecta comportamentul copilului meu?" Această întrebare aproape automat duce la pedeapsă indiferent ce s-ar întâmpla în momentul respectiv. Când părinții apelează mai întâi la pedepse, nu pot ulterior să se mai preocupe de adevăratele nevoi ale copilului.

Când vă întrebați: „De ce are nevoie copilul meu?" puteți proceda logic continuând raționamentul și decizând cum e mai bine. Nevoia ar putea fi împlinită prin utilizarea unei pedepse, dar de obicei nu. Dacă veți neglija nevoia care se ascunde în spatele unui comportament inadecvat, nu veți putea să faceți ceea ce se cade pentru copilul vostru.

Atunci când copilul se poartă urât și vă întrebați: „De ce are nevoie copilul meu?", următoarea întrebare ar trebui să fie: „Oare nu cumva trebuie umplut rezervorul de iubire al copilului?" Trebuie să tratați problema rațional și logic. E mult mai ușor să formezi un copil atunci când se simte iubit sincer.

Evident că un comportament nedorit nu trebuie scuzat de la sine. Dar trebuie tratat cum se cuvine — nici prea permisiv, nici prea aspru. Trebuie să vă asigurați că ați satisfăcut mai întâi nevoile sale de iubire. Uneori, în timpul unui comportament nedorit, nu trebuie altceva decât să fie umplut rezervorul emoțional cu iubire. De obicei, corecția presupune mai mult, dar uneori este de ajuns.

Îmi amintesc de o asemenea întâmplare chiar la noi în casă, când Dale avea 5 ani și David 9. Eu fusesem să țin o conferință și de-abia așteptam să-i povestesc soției mele, Pat, tot ceea ce se întâmplase. Când a venit cu băieții să mă întâmpine la aeroport, am început să-i spun despre diversele lucruri care se petrecuseră și am ignorat băieții în drum spre casă. De câte ori Dale spunea „Tăticule" eu continuam să vorbesc cu Pat. La început a suportat bine, dar când am ajuns acasă își ieșise complet din fire, plângea, scâncea și ne întrerupea tot timpul. Reușise să-l enerveze și pe David.

Care a fost primul meu impuls? Am vrut să-i modific acest comportament capricios și mi-am pus vechea întrebare firească: *Ce aș putea face pentru a corecta comportamentul acestui copil?* Draga mea soție a simțit că nu sunt în largul meu și mi-a șoptit repede: „Ce ar fi să pui în practică exact ceea ce îi înveți pe alții?" Evident. Atunci mi-am pus întrebarea potrivită: „De ce are nevoie copilul meu?" Răspunsul mi-a sărit în ochi imediat. Mi-am dat seama că rezervorul emoțional al lui Dale era gol tocmai din pricina felului în care îl tratasem. Fusesem plecat din oraș și la întoarcere nu-i dădusem nici cea mai mică atenție. El îmi pusese întrebarea veche de când lumea, așa cum numai un copil o face (printr-un comportament neadecvat): „Mă iubești?" De fapt mă întreba: „Mă mai iubești după ce ai lipsit atât și te porți ca și cum nu m-ar fi afectat absența ta în niciun fel?"

Dintr-odată, comportamentul lui părea logic. El avea o nevoie disperată de tatăl său. Dacă i-aș fi oferit orice altceva decât îi trebuia, *adică eu*, comportamentul lui ar fi devenit și mai dificil. Un glas ridicat, o amenințare directă sau o izolare în camera lui — n-ar fi avut niciun efect în această situație. Mă bucur foarte tare că nu am gafat în acest moment. L-am luat pe Dale la noi în dormitor, l-am strâns în brațe și n-am spus nimic. Acel puști foarte agitat devenise dintr-odată potolit și liniștit, așa, la pieptul meu.

Stătea acolo, parcă acumulând afecțiunea de care avea nevoie. Treptat, pe măsură ce rezervorul lui emoțional s-a umplut, a revenit la viață reluându-și modul lui de a fi încrezător și fericit. După o scurtă conversație despre călătoria mea, a sărit și a fugit repede la fratele lui. Când am intrat în sufragerie, se jucau împreună.

Bine-ar fi dacă orice comportament nedorit ar porni doar de la un rezervor emoțional gol. Cât de simplu ar fi pentru părinți! Din păcate însă lucrurile nu stau așa. Atunci când vă întrebați: „De ce are nevoie copilul meu?" și constatați faptul că rezervorul de iubire nu e de fapt gol, trebuie să vă întrebați: „Nu cumva e o problemă fizică?" Pe locul doi în topul celor mai frecvente cauze ale unui comportament nedorit se află problemele fizice.

Cu cât copilul este mai mic, cu atât comportamentul este mai afectat de nevoile sale fizice. Trebuie să vă întrebați: „Nu cumva pe copilul meu îl doare ceva? Nu e oare bolnav? Obosit? Flămând sau însetat?" Comportamentul nedorit nu trebuie ignorat. Se poate scăpa rapid de problemă dacă este produsă de ceva fizic.

Cinci căi de control al comportamentului

Și totuși, de multe ori comportamentele nedorite nu sunt produse ca urmare a unui rezervor de iubire gol sau din pricina unei probleme fizice. În multe case, anumite probleme comportamentale pot duce la necesitatea impunerii unor limite mai drastice și uneori chiar unor pedepse. Când copilul este scăpat de sub control și devine sfidător sau provocator la adresa autorității părinților, trebuie să folosiți mijloacele de control cele mai adecvate. Există cinci căi de a deține controlul asupra copilului. Două sunt pozitive și e bine să le folosiți cât mai des posibil. Două sunt

negative și trebuie să le folosiți doar ocazional. Una este neutră și trebuie utilizată cu grijă.

Eficiența oricăreia dintre acestea depinde de felul în care reușiți să păstrați plin rezervorul de iubire al copilului. Există (1) cerințe (pozitive), (2) ordine (negative), (3) manipulări fizice blânde (pozitive), (4) pedepse (negative) și (5) modificări comportamentale (neutre).

Cerințe și ordine

Formularea *cerințelor* este o cale pozitivă de a deține controlul asupra comportamentului copilului. Este cea mai bună cale pentru dezvoltarea unei relații bazate pe iubire. Cerințele sunt bine percepute de copii și acest lucru este extrem de important atunci când părinții dețin controlul asupra comportamentului copilului. Cerințele au tendința să se facă pe un ton mai ridicat și cu o inflexiune a vocii în finalul propoziției, transformându-se într-un fel de întrebări.

Atunci când folosiți cerințele, transmiteți și o mulțime de mesaje nonverbale către copil. În momentele în care se formulează cerințele, de fapt îi spuneți copilului: „Respect faptul că ai o părere în această direcție." Dar puteți și să-i spuneți că: „Îți respect sentimentele pe care le ai în această privință." Și, mai presus de toate, îi puteți transmite, fără a-l rosti, următorul mesaj: „Mă aștept să-ți asumi răspunderea propriului comportament." Copilul poate deveni o persoană responsabilă atunci când îi oferiți această ocazie.

Copilul crescut mai ales prin cerințe se bucură de avantajele unei educații proactive. El s-ar putea să simtă că se află într-un fel de parteneriat cu părinții săi prin care tocmai își modelează caracterul. Acest tip de educație nu este unul permisiv. Părinții nu renunță la autoritate sau la respectul ce li se cuvine. De fapt copilul își va respecta și mai mult părinții, pentru că va simți că nu doar i se spune

ce să facă, ci ei sunt și interesați de ceea ce este mai bine pentru el.

Când nu reușiți cu cerințele, trebuie să treceți la *ordine*. Cum ordinele sunt o cale negativă de control asupra comportamentului, nu trebuie utilizate decât dacă nu funcționează sistemul cerințelor. Ordinele pot provoca mânie și resentimente din partea copilului. Părintele care dă un ordin nu folosește de obicei un ton ridicat al vocii, iar inflexiunea finală de la sfârșitul frazei este coborâtă. Asta agravează starea de iritare.

În plus, mesajele nonverbale transmise către copil sunt negative. Având în vedere că îi spuneți copilului ce să facă și nu îi dați posibilitatea să aleagă sau să aibă suficiente date ori o discuție prealabilă, îi insuflați ideea că sentimentele și părerile sale nu contează pentru voi. Mai ales însă vă asumați întreaga răspundere. Cu cât folosiți mai mult aceste tehnici autoritare cum ar fi ordinele, certatul, observațiile, țipatul, cu atât deveniți mai ineficienți. Dacă însă folosiți un ton agreabil și vă exprimați doar o dorință, atunci utilizarea ocazională a ordinelor va fi în general eficientă.

Ca părinte aveți multă putere și autoritate, dar nu în cantități nelimitate. Dacă vă folosiți în mod neplăcut poziția de autoritate în care vă aflați, nu veți mai putea controla comportamentul copilului. Acest lucru este valabil mai ales când copilul crește. Actualmente vedem tot mai mulți părinți care-și folosesc excesiv autoritatea până la epuizare și apoi devin neajutorați chiar de când copiii sunt încă mici. Cum autoritatea nu este nelimitată, nu este cazul s-o irosiți fiind mereu critici la adresa lor, pentru că nu vă va mai rămâne nimic pentru momentele cu adevărat dificile sau cruciale.

Păstrarea unei atitudini agreabile, dar ferme nu numai că vă menține autoritatea, dar chiar v-o întărește, pentru că îi câștigați respectul și iubirea copilului, dar și recunoștința. Trebuie să nu uitați că cea mai mare teamă a copilului este să

nu vă înfurie sau să vă facă să vă purtați urât cu el. Atunci când folosiți cerințe și rămâneți deschiși pe măsură ce îi formați, iubirea copiilor și recunoștința vă vor asigura o poziție privilegiată pentru tot restul existenței lor. Nu vor uita niciodată bunătatea și iubirea cu care i-ați înconjurat și vă vor fi veșnic recunoscători că le sunteți părinți, mai ales când constată că alți părinți sunt răi și mereu furioși cu copiii lor. Acesta este un element-cheie în educația părintească bazată pe o relație pozitivă.

Manipularea fizică blândă

Manipularea fizică blândă este o altă cale pozitivă de a deține controlul asupra comportamentului copilului. Ea este eficientă în special la copiii mici, dar poate funcționa bine și cu cei mai mari. Îmi place această manipulare fizică blândă, pentru că poate fi folosită pentru comportamente care nu sunt neapărat urâte, dar care vă displac. De asemenea ea vă permite să continuați să fiți pozitivi în ceea ce faceți.

Manipularea fizică este extrem de eficientă la copiii de 2 și 3 ani, în faza normală de dezvoltare în care refuză orice le cereți. De exemplu, îi rugați: „Vrei să vii la mămica?" și copilul răspunde: „Nu." Dacă recurgeți la un ordin și îi spuneți: „Vino încoace imediat!" s-ar putea din nou să răspundă: „Nu." În acest moment e posibil să vă lăsați ispitit să-l pedepsiți, ceea ce ar fi o greșeală foarte gravă. În schimb *puteți rezolva situația aceasta perfect normală luând ușor copilul în brațe.*

Aceasta înseamnă că ați fost pozitivi, iubitori și blânzi cu el. Copilul știe exact ce se întâmplă. El își dă seama că ați fi putut să fiți „răi", dar ați ales să fiți buni și iubitori. Acest lucru stă la baza unei relații iubitoare între părinte și copil.

Dacă un copil mic nu vrea să vină la voi atunci când recurgeți la această manipulare fizică blândă, este clar că

el recurge la o formă de sfidare. Acest lucru este valabil mai ales cu copiii de 1 an și ceva care nu disting bine diferența dintre negativism și sfidare, de aceea la început e preferabil să considerați că este vorba de un comportament negativist. Dacă el se transformă ulterior în sfidare, nu ați greșit cu nimic și puteți să începeți să corectați această formă de sfidare.

Pedeapsa

Pedeapsa este cea de-a patra cale de abordare a comportamentului copilului. Este cea mai negativă și cel mai dificil de administrat. Există patru motive în acest sens. Mai întâi, pedeapsa trebuie să fie pe măsura delictului, având în vedere că de obicei copiii sunt foarte preocupați de corectitudine. Ei știu când părinții au fost prea îngăduitori în alegerea pedepsei. Și își dau seama că au scăpat fără să pățească mare lucru. Tot așa cum ei știu când părinții sunt prea aspri; în general, resping orice fel de inconsecvență în privința pedepsei sau diferențele de pedeapsă de la un frate la altul.

În al doilea rând, pedeapsa eficientă pentru un copil poate să nu însemne nimic pentru un altul. Acest lucru l-am văzut chiar în cazul băieților noștri. Pentru Dale cel mai rău era să-l trimiți în camera lui. El simțea nevoia să stea cu restul familiei. Pentru David să stea singur în cameră însemna să se joace cu jucăriile lui și să citească din cărțile preferate.

În al treilea rând, pedeapsa folosită într-un anumit moment depinde de obicei de ceea ce simt părinții în momentul respectiv. Dacă au avut o zi bună, mai mult ca sigur că vor fi prea îngăduitori când vine vorba de o pedeapsă. În schimb într-o zi proastă, vor avea tendința să fie prea aspri.

Și în final, părintele trebuie să fie capabil să aleagă pedeapsa potrivită în funcție de vârsta și nivelul de dezvol-

tare a copilului. Ceea ce pare normal pentru un copil de 7 ani poate fi total greșit pentru unul de 5. Ceea ce este firesc pentru un copil deștept poate fi nedrept pentru un copil cu un ritm mediu de dezvoltare.

Și totuși, indiferent cât de greu ar fi să decideți când și cum să fie aplicată pedeapsa, important e să fiți pregătiți să o faceți așa cum se cuvine. Vă puteți ajuta gândindu-vă dinainte ce aveți de făcut, pentru a evita astfel să cădeți în capcana pedepselor. Asta înseamnă să stabiliți cu partenerul de viață sau cu un bun prieten care este pedeapsa potrivită în diverse situații. Acest lucru este valabil pentru fiecare dintre copiii din familie și trebuie s-o faceți atunci când sunteți calmi și puteți gândi la rece binele copilului. Procedând astfel, nu veți acționa la mânie atunci când copilul face vreo prostie.

Când copilul greșește cu ceva, trebuie să vă puneți rapid acele întrebări referitoare la principalele nevoi fizice și de dezvoltare ale copilului: „Oare copilul meu este flămând sau însetat? Îl doare ceva sau nu se simte bine? Își exprimă negativismul tipic pentru vârsta de 2 sau 3 ani?" Dacă răspunsul este nu la toate aceste întrebări, atunci trebuie să vă mai puneți una: „Nu cumva copilul mă sfidează?" Sfidarea înseamnă un refuz deschis și o lipsă de respect față de autoritatea părintească — ceea ce nu este permis. Trebuie să dețineți controlul în orice moment, și asta înseamnă că respectivul comportament trebuie corectat. Concluzia este că nu trebuie neapărat să se recurgă la o pedeapsă. Puteți să puneți capăt acestei sfidări fără a vă irosi în mod inutil această resursă limitată care este autoritatea. Dacă folosiți în mod automat modalitățile cele mai puternice și mai negative de control al comportamentului copilului, respectiv pedeapsa, înseamnă că vă folosiți inutil și exagerat puterea într-un moment în care s-ar putea să nu fie nevoie de ea.

Am văzut foarte multe situații îngrozitoare în care părinți altfel minunați au făcut această enormă greșeală. Și-au utilizat în mod exagerat autoritatea părintească pe conflicte minore și normale, încât nu le-a mai rămas mare lucru atunci când au apărut problemele cu adevărat importante, respectiv necesitatea de a spune un nu categoric când copilul dorește cu orice preț să meargă la o petrecere dubioasă.

Da, sigur că trebuie să puneți capăt sfidării, dar s-o faceți rațional. De multe ori, o simplă cerință poate înfrânge această atitudine sfidătoare, mai ales dacă acel copil se simte iubit necondiționat. Și un ordin poate fi eficient sau o manipulare fizică blândă. Atunci când veți alege o cale mai moderată, copilul va ști că ați ales modul cel mai delicat de a-l aborda.

Iar voi veți ști că ați ales calea blândeții. Acesta este unul dintre conceptele cele mai greșit înțelese din Sfânta Scriptură, rămânând totuși o cale matură de reacție. Blândețea nu înseamnă pasivitate sau slăbiciune, ci mai degrabă forță sub control. Blândețea înseamnă să ai puterea la dispoziție și totuși să refuzi s-o folosești, în afară de cazurile de forță majoră.

Iisus a fost exemplul ideal de blândețe bine înțeleasă. El avea o putere infinită și totuși a utilizat-o puțin și doar când a fost absolut necesar. El a păstrat-o și a folosit-o în mod selectiv. El și-a utilizat puterea doar când și-a manifestat iubirea față de ceilalți și nu nemulțumirea față de ei.

Și voi trebuie să procedați la fel ca părinți. Atunci când vor vedea că sunt tratați cu înțelepciune, copiii vor deveni la rândul lor înțelepți.

Bătaia, ca metodă de pedepsire

Da, și bătaia este o formă de pedepsire. Una foarte controversată, care trebuie analizată separat. Niciun tip de pedeapsă nu este perfect și bătaia categoric că are și

aspecte pozitive și negative. Ca aspect pozitiv, bătaia are un efect de obicei instantaneu. Acest lucru este valabil mai ales când copilul e mic. De asemenea, bătaia este la îndemână pentru că nu presupune un plan dinainte stabilit și nici prea multă gândire. Poate fi utilizată imediat, pe loc.

Partea negativă o constituie faptul că își pierde efectul pe măsură ce copilul crește. Și cu cât e folosită mai des, cu atât este mai puțin eficientă. Dacă se exagerează, bătaia duce la resentimente, mânie și revoltă împotriva părinților. Chiar dacă este dată de cei mai buni părinți din lume, bătaia poate scăpa ușor de sub control, mai ales când părintele este foarte supărat sau prost dispus. Atunci poate fi considerată o formă de abuz, subiect dezbătut la nivel național și care produce multă îngrijorare. Cei care se opun pedepselor corporale susțin că bătaia duce la acceptarea sau chiar adoptarea comportamentului violent. Acest punct de vedere nu poate fi ignorat dacă stăm să ne gândim la valul de violență tot mai ridicat în cadrul societății noastre, mai ales printre copii.

Un alt dezavantaj al bătăii este că îi poate lăsa copilului cicatrice emoționale adânci și veșnice. Durerea fizică produsă de o palmă, o curea, o scândură sau alte instrumente poate dura zile, dar teama emoțională, resentimentul și chiar sentimentul de respingere pot fi de mult mai lungă durată. Am discutat recent cu un bărbat de 87 de ani care spunea că este încă obsedat de bătăile pe care le-a încasat când era copil. În acest caz consider că de fapt era vorba despre *bătăi în toată regula*. Asemenea amintiri dureroase din copilărie se întâlnesc destul de des.

Și totuși, există oameni care aproape că își amintesc cu nostalgie de bătăile primite. Aceștia sunt cei în favoarea bătăilor. Eu cred că acești oameni au fost suficient de iubiți de părinții lor. Când rezervorul lor emoțional era plin, puteau accepta bătaia din partea unor părinți iubitori ca o modalitate de a-și exprima dragostea față de copii. Ei

recunosc că pedeapsa i-a ajutat să se formeze ca niște adulți plini de respect și de maturitate. Și totuși, această reacție față de bătaie în ziua de azi este tot mai rară. Cel mai adesea, copiii se simt neiubiți de părinți atunci când sunt bătuți. Într-un asemenea mediu, pedeapsa corporală face tocmai ca relația părinte–copil să fie și mai proastă.

Dacă depinzi de pedeapsa corporală ca principală metodă de disciplină, înseamnă că faci o mare greșeală, și anume să consideri că disciplina înseamnă doar pedeapsă. *Disciplina înseamnă formarea copilului în direcția în care trebuie. Cu cât un copil este mai bine disciplinat, cu atât va fi mai puțină nevoie de pedepse.*

Există oameni care apără cu îndârjire ceea ce numesc ei o abordare biblică a ideii de disciplină, referindu-se la trei versete din *Pilde*: 13, 24; 23, 13 și 29, 15. Ei par a crede că pedeapsa corporală este principala cale de disciplinare și de stabilire a unei relații cu copilul. Acești oameni uită să menționeze sute de alte versete din Sfânta Scriptură care vorbesc despre iubire, compasiune, sensibilitate, afecțiune, înțelegere, iertare, călăuzire, blândețe, dragoste și generozitate — ca și cum copilul nu ar avea dreptul la aceste forme de iubire creștinească.

Adepții pedepselor corporale se pare că au uitat că toiagul păstorului din Sfânta Scriptură este folosit doar pentru a-și aduna oițele și nu pentru a le bate. Păstorul își va îndrepta cu blândețe turma, mai ales mieii, ținându-și toiagul doar pentru ca să n-o ia pe drumuri greșite și spre a-i îndrepta cu blândețe spre drumul cel bun. Toiagul păstorului a fost folosit și pentru a salva mieii rătăciți. Dacă toiagul ar fi fost un obiect mai cu seamă pentru a bate mieii — sau copiii — ne-ar fi greu să înțelegem acest rând din *Psalmul* 22: „Toiagul tău și varga ta, acestea m-au mângâiat." (Versetul 5) Și totuși, utilizarea cu măsură a pedepsei corporale, ca ultimă resursă, se poate dovedi utilă. Cel mai bun exemplu ar fi ceea ce i s-a întâmplat recent

fiicei mele Carey. Ea tocmai lucra ceva prin curtea din față și era împreună cu fetița ei de 3 ani Cami, care se juca pe acolo. Până în acel moment, Carey găsise diverse căi pozitive de a o disciplina și forma pe Cami, fără a recurge la pedepse corporale. Dar în acea după-amiază, Cami a fugit pe stradă. „Cami, nu ieși pe stradă, te rog, da? Nu vreau să pățești ceva", a strigat Carey. Un minut mai târziu însă, Cami a fugit iar pe stradă. „Cami, întoarce-te imediat aici! Nu ieși pe stradă!" a avertizat-o mama ei și fetița s-a întors. Dar a ieșit și a treia oară în stradă.

De această dată, mama ei s-a dus după ea pe stradă. „Ți-am spus să nu ieși pe stradă", a spus Carey ferm. „Vorbesc serios." A luat-o pe Cami de umeri și a împins-o înapoi în curte. Cami s-a mai jucat puțin în curte. Dar când a ieșit din nou pe stradă, Carey a înțeles că situația este suficient de gravă încât să fie necesară bătaia.

Pentru prima dată în viață, Cami a primit un mesaj la funduleț. Acest mesaj a avut foarte mare efect. Când tatăl lui Cami s-a întors acasă cu mașina o oră mai târziu, ea s-a dus în fuga mare la el și i-a strigat: „Tată, tată, să nu ieși pe stradă!"

Este de observat faptul că mama ei a lăsat la urmă soluția pedepsei, încercând alte forme pozitive de disciplinare. Pe rând, ea a utilizat o cerință, un ordin, o ușoară manipulare fizică înainte de a ajunge la pedeapsa corporală. De fapt, aici nu este vorba de bătaie în sine, ci de sănătatea emoțională a copilului. Am cunoscut mulți copii care s-au dezvoltat foarte frumos — cu sau fără bătaie. Important este în ce măsură i se oferă copilului afecțiunea și cât de bine este el format.

Atâta vreme cât pedeapsa corporală este utilizată ca ultimă resursă și părintele nu se descarcă nervos în acele momente, bătaia poate fi folosită fără urmări grave asupra copilului. Din experiența mea însă, odată ce părintele

învață alte căi pozitive și eficiente de a forma copilul, dintr-odată bătaia nu mai este necesară.

Modificarea comportamentală

Modificarea comportamentală este cea de-a cincea cale de a deține controlul asupra comportamentului copilului. Ea presupune o determinare pozitivă (includerea unui element pozitiv în mediul copilului respectiv), determinare negativă (excluderea unui element pozitiv din mediul copilului) și pedeapsa (introducerea unui element negativ în mediul copilului). Într-un fel, Mod. C. este neutră, pentru că include atât elemente pozitive cât și negative. Și totuși, această formă „neutră" de formare prezintă niște probleme specifice semnificative atunci când este utilizată ca principală cale de stabilire a unei relații cu copilul.

Principalele două probleme în utilizarea Mod. C. ca principală metodă de disciplină sunt: (1) Poate împiedica părintele să-și manifeste o iubire necondiționată și (2) Poate duce la nutrirea unui sentiment de egoism din partea copilului — „Eu cu ce mă aleg?"

Mod. C. trebuie folosită cu zgârcenie. Dacă această modificare comportamentală este utilizată în mod exagerat, copilul nu se va mai simți iubit. Principalul motiv este că însăși baza modificării comportamentale este condiționată — copilul primește o răsplată doar când se comportă într-un anumit fel. În al doilea rând, modificarea comportamentală nu se ocupă de nevoile emoționale ale copilului și nu transmite acea iubire necondiționată.

Mod. C. mai prezintă un pericol. Utilizarea exagerată îi va învăța pe copii să folosească aceeași metodă față de părinții lor și față de alte persoane care reprezintă autoritatea. Vor face ceea ce vor părinții doar pentru a obține ce vor ei, copiii. Acest lucru duce la manipulare.

Luându-vă însă toate aceste precauții, există totuși momente când modificarea comportamentală poate fi de

foarte mare ajutor. O situație ar fi atunci când părinții se confruntă cu probleme grave de comportament cauzate de gelozia dintre frați. O altă situație este atunci când apar probleme specifice și repetate față de care copilul nu manifestă niciun fel de remușcări. Sau când o tânără adolescentă intră într-un conflict de comunicare cu mama sa. Cu cât mama încearcă mai mult să rezolve verbal situația, cu atât conflictul se adâncește. Aceasta este o fază firească prin care trec multe fete la această vârstă și Mod. C. poate fi foarte eficientă. Cartea mea preferată pe acest subiect este *Don't Be Afraid to Discipline* (*Nu vă temeți de disciplină*) de Ruth Peters. Ea este o autoare foarte onestă care recunoaște că e behavioristă. Ea utilizează tehnici behavioriste adecvate fiecărei probleme în parte. Scrie excelent și ar trebui să fie citită de toți părinții pentru a înțelege mai bine ce înseamnă această formă de control asupra comportamentului.

Când copilului tău îi pare sincer rău

Există momente când îți dai seama că de fapt copilului îi pare sincer rău că s-a purtat urât și acesta este un motiv de bucurie pentru voi, părinții. Asta înseamnă că el are o conștiință vie și sănătoasă. Conștiința este un lucru de care ducem mare lipsă în societatea noastră.

Care este materia primă din care poate fi creată o conștiință sănătoasă? Sentimentul de vinovăție. Ce ar putea îndepărta acest sentiment de vinovăție ca totul să poată fi luat de la capăt? Da, pedepsele! Mai ales pedepsele corporale. Aici cad cel mai adesea în capcană părinții și apelează la pedepse. Administrate incorect sau când nu trebuie, pedepsele sunt distrugătoare pentru copil și părinți.

Cu siguranță că nu vreți ca și copilul vostru să fie veșnic chinuit de sentimentul de vinovăție, numai că există ceva și mai rău — să aibă un prea mic sentiment de

vinovăție. Dacă vă veți pedepsi copilul atunci când îi pare sincer rău, nu numai că pierdeți o ocazie rară de a-l învăța ce înseamnă unul dintre cele mai mari daruri ale vieții, iertarea, dar și interveniți direct în capacitatea lui de a-și dezvolta o conștiință normală.

Ce trebuie să faceți atunci când copilului îi pare sincer rău de cum s-a purtat? Nu mă refer la momentele când spune: „Îmi pare rău, îmi pare rău" ca să scape de pedeapsă, ci când chiar crede că a greșit. Ce face Tatăl nostru din ceruri când sincer vă pare rău pentru greșelile voastre și îi cereți iertare? El vă iartă de toate păcatele. Oare n-ar trebui să procedați la fel cu copilul vostru?

Când vă iertați copiii, respectiv momentele când sincer le pare rău, de fapt îi învățați să ierte la rândul lor. Prin puterea exemplului îi pregătiți să fie în stare să ierte. Acest lucru este foarte important, pentru că există mulți oameni în societatea noastră care nu sunt în stare să-i ierte pe alții și drept urmare sunt sortiți să fie plini de resentimente, supărați pe viață și nefericiți.

Când vă iertați copiii, îi învățați la rândul lor să se ierte. Acesta este un dar minunat. Știți bine că există oameni care par incapabili să se ierte și n-ați vrea ca și copiii voștri să ajungă așa.

Copilul care are remușcări sincere față de ceea ce a greșit simte o iubire copleșitoare față de părinți. Aceasta ne dă ocazia să ne apropiem și mai mult de copilul pe care îl iubim nespus. Ca părinți trebuie să nu uităm niciodată că principala noastră răspundere este să satisfacem nevoile emoționale ale copiilor. Și cea mai importantă nevoie emoțională a copiilor este iubirea. Doar după ce satisfacem această nevoie putem să abordăm cu succes întregul lor comportament. Atunci devine mult mai ușor să le formăm comportamentul și să-i învățăm să-și depășească momentele de mânie pe acești copii care se simt cu adevărat iubiți.

5

CEA DE-A TREIA PIATRĂ DE TEMELIE: PROTEJAREA ÎMPOTRIVA INFLUENȚELOR NEFASTE

Undeva la jumătatea drumului între tehnica Lamaze și ședințele de la școală, este clar că principala voastră îndatorire ca părinți este să contracarați lumea în care trăiesc.
ELLEN GOODMAN

Asemeni unor cercuri concentrice care apar pe luciul apei când se aruncă o piatră, și contactul copilului nostru cu lumea exterioară se lărgește de la an la an astfel încât el este influențat de tot mai multă lume. Când începe școala, sunteți deja conștienți că nu mai puteți deține controlul asupra tuturor celor care îl înconjoară și nici asupra ideilor cu care se va confrunta. Pe măsură ce se va apropia de vârsta adolescenței, aveți toate motivele să vă temeți de tot ceea ce întâlnește chiar și în locurile presupuse a fi sigure.

Într-o societate tot mai permisivă este răspunderea și privilegiul nostru să ne formăm copiii astfel încât să gândească rațional. Așa îi putem pregăti ca să facă față influențelor negative și să distingă între mesajele sincere și cele dubioase. Putem chiar să utilizăm mesaje din alte culturi pe care le detestăm pentru a-i învăța să le recunoască mai ușor și să le facă față. În capitolul 4 am pus accentul pe felul în care îi învățăm pe copii să se comporte. Comportamentul însă trebuie să fie strâns legat de o gândire corectă, altfel, la un moment dat, nu va mai face față. Din acest motiv vom analiza acum modurile în care trebuie să-i învățăm pe copii cum să gândească bine pentru a reuși în viață, nu doar pentru a supraviețui.

Cum societatea noastră continuă să-și piardă moștenirea spirituală și morală, părinții preocupați de educație nu

pot lăsa pe altcineva din anturajul copilului să se ocupe de formarea sa etică și cognitivă. Nu putem conta pe un consens al valorilor, care părea cândva de la sine înțeles în școli, biserici și alte instituții. N-aș vrea să sugerez prin asta că nu mai este posibilă niciun fel de influență pozitivă. Vreau doar să spun că ne confruntăm cu o stare de confuzie alarmantă în privința a ceea ce este bine și rău, la toate nivelurile societății.

Morala și valorile, la nivelul instituțiilor cândva de încredere, *s-au modificat*. De aceea, pentru părinți este și mai greu. Dar totodată apar și noi ocazii de a ne ajuta copiii să prospere și să se descurce cât mai bine în lumea cu care se confruntă. Trebuie mult curaj să alegi calea cea bună, într-o societate în care candidații la angajări prezintă CV-uri cu date false, cetățenii nu-și declară veniturile la serviciile fiscale, iar studenții și elevii copiază la lucrări. Cu cât copiii noștri devin mai curajoși din punct de vedere etic și gândesc mai limpede, respectând acea integritate morală, cu atât viața lor va avea mai mult sens. De asemenea, vor fi capabili să exercite o influență pozitivă asupra societății. Dar și contrariul este valabil: cu cât sunt mai puțin integri și cu cât gândesc mai puțin bine, cu atât vor fi mai puternic influențați de elemente și persoane care de-abia așteaptă să devoreze suflete și minți tinere. Acest lucru a fost valabil dintotdeauna, dar nicicând nu s-a dovedit a fi mai accentuat ca în zilele noastre.

Testul de etică a tânărului

Când băiatul meu mai mare, David, era încă la facultate, lucra și ca intern pe probleme financiare într-o rețea de spitale unde avea să se confrunte cu această lipsă de valori. Odată, superiorul său i-a spus să se prezinte drept consultant la un lanț de spitale concurent, deși era încă student la MBA și își scria studiul de cercetare. El ar fi

trebuit să spioneze concurența pe perioada cât ar fi lucrat pentru aceștia.

David a fost șocat și dezgustat de misiunea care i se încredințase și a refuzat-o. Ulterior, când a venit pe acasă, am discutat subiectul. „Tată, mi se pare foarte trist să constat că așa merg lucrurile", mi-a spus el. „Cred că acesta a fost primul meu test de etică în afaceri. Sper să reușesc să mă feresc de astfel de presiuni și pe viitor. Știu însă că îmi va fi greu să lucrez într-un mediu ca acesta." Acum, când lucrează de mulți ani, mă bucur să pot spune că și-a păstrat integritatea.

Asemenea povești nu se limitează la lumea laică. Acum câțiva ani, un reprezentant important al unei agenții religioase de publicitate și-a trimis o parte dintre angajați să lucreze pentru o organizație creștină pe care o reprezenta agenția respectivă. El i-a spus uneia dintre femeile care lucrau acolo că atunci când se afla în biroul clientului să cerceteze cu atenție și să vadă dacă nu poate descoperi — cu alte cuvinte să spioneze — cu cine mai face afaceri organizația aceea. Femeia a refuzat să facă exact ce i-a cerut șeful și a plătit pentru asta, consecința fiind că vreme de câțiva ani nu a mai primit comisionul cuvenit.

Evident că atunci când adolescenții intră pe piața muncii, chiar fără să fie angajați cu contract, ci doar colaboratori pe perioada școlarizării, nu veți mai fi de față ca să puteți hotărî care să le fie reacția. De aceea este extrem de important să vă învățați copilul să gândească logic și cu simț critic.

Elemente ale gândirii corecte

Pentru a vă ajuta copiii să se maturizeze așa cum doriți, este absolut necesar să-i ajutați să gândească rațional. Ei trebuie să-și dezvolte capacitatea de a evalua și judeca singuri încă din perioada de adolescență. Când ajung să

aibă 17 ani trebuie să vă simțiți încrezători că au deja formarea necesară, datele și puterea de discernământ pentru a lua singuri majoritatea hotărârilor. Acest lucru este extrem de important pentru siguranța lor — și pentru liniștea voastră sufletească.

Pe măsură ce vă formați copiii, veți căuta să le dați o perspectivă corectă asupra lumii și asupra modului în care se adaptează la ea. Le veți modela ideile despre realitate și îi veți ajuta să aibă un sistem de valori propriu, puternic și sănătos. Îi veți ajuta să devină persoane integre. Doar în felul acesta copiii vor fi capabili să facă față valorilor contradictorii cu care vin în contact și influențelor nefaste. Doar așa vor fi capabili să aibă o influență pozitivă asupra altora și să le poată explica exact ce e bine și corect.

Actualmente, mulți reprezentanți ai societății noastre consideră că este mult prea restrictiv să le explici copiilor ce e bine să gândească și să simtă. Cum tot mai mulți adulți au această părere, rezultatul este că mulți părinți nu reușesc să transmită generațiilor următoare adevărurile și valorile fundamentale. Confortul și dorința de a face cât mai mulți bani au luat locul ideii că trebuie să faci ceea ce este bine și să te lupți și pentru binele altora. Societatea noastră este tot mai incapabilă să distingă între bine și rău. Și totuși, integritatea este o parte importantă a caracterului de bază care determină capacitatea unei persoane de a fi onestă, sinceră și de încredere.

Cele trei elemente de bază ale integrității sunt:

1. Să spui adevărul.
2. Să-ți respecți promisiunile.
3. Să-ți asumi răspunderea comportamentului personal.

Până nu demult, majoritatea celor din societatea noastră respectau integritatea și totodată fiecare element al său. Și totuși, toate aceste trei elemente au început să dispară în

ultimul timp din ceea ce însemnau standardele corecte ale societății. Să trecem în revistă pierderea credinței în aceste trei elemente ale integrității — pierdere pe care trebuie s-o combatem atunci când ne creștem copiii cu ideea de a-și forma niște valori corecte.

Să spui adevărul

A spune adevărul se bazează nu doar pe o anumită ordine la nivelul societății, ci își are fundamentul în noțiunea conform căreia există niște adevăruri obiective pornind de la care se formează adevărurile vieții și comunității noastre. Nu este greu de văzut cum președintele Bill Clinton și-a format aceste valori care aveau să-l ducă la acuzații că a mințit în fața Tribunalului Suprem. Nu avea acea educație timpurie care să-l determine să fie integru și onest. Președintele avea puterea, capacitatea și o minte strălucită (fusese bursier la Rhodes). Și totuși, o persoană excepțională se poate distruge atâta vreme cât nu deține sentimentele și valorile necesare pentru a gândi rațional.

Comportamentul lui Clinton care a dus la descoperirile defăimătoare n-a fost nici rațional, nici logic — ceea ce de altfel a și recunoscut. În schimb niciodată nu a mărturisit că a mințit. Cei din Congres care au insistat asupra faptului că recunoașterea adevărului este esențială au fost adesea ironizați, fiind acuzați că se amestecă în treburile guvernului care mergeau foarte bine, amenințând stabilitatea țării și pe alesul poporului.

Minciuna afectează viața noastră personală *în ansamblul ei*. Cel mai mare rău îl face acasă, în familie. A-ți minți rudele nu presupune doar o dezamăgire a celor mințiți și o frustrare a celor care mint; acest lucru distorsionează relațiile de acasă și în final poate duce la distrugerea lor. Cei care sunt mințiți consecvent nu uită asta. Încrederea lor este zdruncinată și vor rămâne permanent cu suspiciunea minciunii. Acest lucru este extrem de dăunător în

cazul copiilor ai căror părinți i-au mințit. Pe măsură ce cresc, ei nu mai știu în cine să aibă încredere.

Să-ți respecți promisiunile

O altă fațetă a integrității, care s-a erodat, este cea a respectării promisiunilor. Aceste promisiuni includ înțelegeri întâmplătoare, cu efect mic în privința consecințelor pe termen lung, și ajung până la promisiunile oficiale, cum ar fi contractele de afaceri sau jurămintele sfinte, cum ar fi cele ale căsătoriei.

Un asemenea tip de contract care a fost tot mai des încălcat îl reprezintă cel al înfierii unui copil. Mare parte din complicații în cazul adopțiilor provin de la faptul că mamele naturale fac promisiuni pe care le legiferează și apoi revin asupra lor, dându-i în judecată pe părinții adoptivi. În vreme ce bătăliile se dau la tribunal, copilul trăiește câțiva ani în unicul cămin pe care l-a cunoscut vreodată, cu părinții adoptivi. A existat un caz în care părinții adoptivi au fost aduși la faliment de aceste procese; o organizație religioasă preocupată de problemele de familie a susținut mama naturală plătindu-i toate cheltuielile. Sigur că trebuie să ne gândim și la sentimentele mamei naturale; dar totuși, Biserica nu pare să fi luat în calcul importanța integrității și respectiv a unei promisiuni făcute în scris de către tânăra femeie.

Problema integrității personale se regăsește și în cadrul promisiunilor financiare ușor de făcut și mai puțin ușor de respectat. Graba cu care se fac reintrările în posesie, prescrierile ipotecilor și problema datoriilor neachitate ne afectează pe toți pe măsură ce costurile cresc. Eu nu spun că toți acești oameni au motive necinstite, dar în multe cazuri s-a demonstrat că a fost vorba de o judecată greșită. Ei par a nu fi în stare să hotărască exact ce contează mai mult și abia după aceea să investească timp și bani. Sau cred că niciodată nu vor exista cheltuieli neprevăzute sau

urgențe. Ori își doresc atât de mult să facă parte din anumite firme sau să aibă un anumit stil de viață încât își pierd uzul rațiunii.

Chiar și cei mai buni dintre noi uneori sunt tentați să nu-și respecte promisiunile sau să revină asupra unor înțelegeri și să dea apoi vina pe altcineva. Dacă am fi fost cu toții bine pregătiți în această direcție, am fi cunoscut elementele indispensabile integrității și am fi fost convinși de importanța sa, am fi făcut mai ușor față ispitei. Dar atâta vreme cât nu există niciun fel de pregătire sau de convingere în acest sens, nu prea știm să ne apărăm. Constatăm asemenea slăbiciuni chiar și la persoane cu multă școală.

În statul în care trăiesc, Tennessee, cunosc un psiholog — îi vom spune Bob — care a semnat un contract cu un centru de consiliere care i-a oferit anumite avantaje. În schimb, el s-a angajat ca, în cazul în care se hotărăște să renunțe, să nu intre în concurență cu acest centru (practicând consilierea) vreme de un an și jumătate. Având în vedere că acest centru oferea foarte multe avantaje fiecărui psiholog în parte, dacă vreunul dintre ei nu-și respecta înțelegerea însemna că toată lumea avea de suferit. Și totuși, Bob a început foarte curând să lucreze pentru concurență. S-a creat o asemenea criză la nivelul primului centru consultativ încât au fost nevoiți să-l dea în judecată pe Bob.

Deși legile statului Tennessee susțin asemenea înțelegeri contractuale, judecătorul, dintr-un motiv sau altul, a hotărât că Bob are dreptate. Deci nu numai că Bob, care era un profesionist cu multe studii, și-a încălcat contractul pe care îl semnase, dar și judecătorul, care la rândul lui era tobă de carte, n-a luat în seamă promisiunea. Ambii au ignorat niște promisiuni scrise, oficiale. Centrul a intrat într-o criză financiară din care nu și-a mai revenit niciodată.

Să-ți asumi răspunderea

Cea de-a treia fațetă a integrității se referă la răspunderea față de propriile acțiuni. Mulți oameni consideră în prezent că e o prostie să-ți asumi răspunderea pentru actele personale atâta vreme cât le poți pune în cârca altcuiva. Suntem un popor plin de victime. Într-o țară cu atâtea litigii ne întrebăm uneori dacă n-o să ne acuze și pe noi cineva de acțiunile sale. Auzim tot mai des de procese cât se poate de neînsemnate.

Îmi amintesc foarte bine singura dată când am fost dat în judecată ca medic. Îmi fusese repartizată o pacientă de 96 de ani care fusese internată într-o stare mintală de o confuzie totală. Nu știa cine este, unde este și încerca încontinuu să își facă rău. Am dus-o într-o secție specială a spitalului unde se afla sub supraveghere permanentă și nu-și mai putea face niciun rău.

Când se afla acolo, a suferit o fractură spontană a șoldului stâng, exact unde mai avusese o fractură cu 20 de ani mai înainte. „Spontană" însemna că fractura n-a avut cauze externe, ci s-a produs din pricina slăbiciunii la nivelul șoldului.

Familia a deschis proces împotriva mea și a spitalului acuzându-ne de neglijența care ar fi dus la fractură. Din fericire cazul a ajuns la un judecător care a înțeles absurditatea acuzațiilor și l-a respins ca nefondat.

Asumarea răspunderii comportamentului personal a devenit o chestiune tot mai rară și care a ajuns să fie o adevărată minune și bucurie când se întâmplă. Acest lucru este valabil mai ales când se întâlnește la un adolescent sau la cineva tânăr. Să dai vina pe alții a ajuns acum o obișnuință, într-atât încât ne așteptăm ca acest lucru să se întâmple tot mai des la nivelul conducătorilor noștri. Ne simțim total surprinși atunci când o persoană refuză să se folosească de această salvare imatură și primitivă.

Învață-i pe copii care sunt adevăratele valori

Pentru a-ți învăța copiii trebuie să îți examinezi propriul stil de gândire și de simțire. Ai vrea ca și copiii tăi să analizeze viața asemeni ție? Ești măcar sigur că știi cum ai ajuns la anumite concluzii sau cum iei hotărârile? Există un anumit sistem prin care faci toate acestea și pe care trebuie să-l împărtășești și copiilor tăi în diverse faze din dezvoltarea lor. Există mai multe modalități de a lua hotărâri și de a trage concluzii, iar copiii tăi s-ar putea s-o facă ușor diferit față de tine. Nu e nimic în neregulă, atâta vreme cât respectă îndeaproape aceste elemente ale integrității.

Explică-i copilului cum gândești

Din păcate majoritatea părinților nu le împărtășesc copiilor sistemul lor de gândire, ci doar concluziile și părerile. Asta nu-i ajută pe copii să afle cum și de ce părinții lor au ajuns la aceste concluzii și păreri. De fapt, dacă părinții continuă doar să le spună copiilor care le sunt părerile și concluziile, fără să le arate cum au ajuns la ele, au toate motivele să se aștepte ca, într-o bună zi, copiii să le respingă ideile, convingerile și valorile. *Este absolut esențial să-i învățați pe copii cum să gândească.*

Una dintre modalitățile de a le împărtăși sistemul de gândire este să însoțiți orice concluzie sau părere împărtășită de un *pentru că*. Acest lucru vă va aminti că trebuie să le explicați de ce simțiți și gândiți astfel. Totodată, vă va obliga să examinați atent dacă ați fost sau nu raționali și logici și vă va motiva să fiți rezonabili. Când vă împărtășiți sistemul de gândire copiilor, le împărtășiți și felul în care simțiți în ceea ce-i privește.

Puțini părinți își împărtășesc sentimentele profunde copiilor și aceasta este o greșeală gravă. Evident că nu vrei să le împărtășești sentimentele inacceptabile, dar în general

ei trebuie să cunoască majoritatea sentimentelor voastre. Altfel, sentimentele pe care le afișați față de ei vor fi din categoria celor negative cum ar fi mânia, insatisfacția, descurajarea, dezgustul și durerea. Dacă ei nu cunosc și acele sentimente profunde despre care rareori le vorbiți, vor fi determinați să respingă sentimentele pe care le percep de la voi. Este extrem de important să discutați cu copiii cât mai adesea despre sentimentele și valorile voastre pozitive și pline de sens.

Recunoaște-ți și evaluează-ți propriile sentimente din trecut

Gândirea rațională se bazează pe sentimente și convingeri. Ancheta deschisă de Congresul American împotriva președintelui Clinton, în perioada în care au fost analizate acțiunile sale atât de contestate, a demonstrat cum de ambele părți oamenii credeau cu vehemență că sunt logici atunci când ajunseseră la concluzii total opuse. Cum e cu putință — ca persoane decente de ambele părți să gândească atât de diferit și să fie totodată la fel de logice?

Am putea fi tentați să credem că e doar o chestiune politică, dar acesta este un răspuns parțial. Chiar dacă oamenii sunt influențați de câștigurile sau avantajele pe scară ierarhică, trebuie să ne întrebăm totuși de ce se credeau a fi justificați în afirmarea punctului lor de vedere atunci când ceilalți considerau chestiunea dintr-un unghi total opus. Răspunsul este că raționamentul nostru este mai degrabă influențat de ceea ce am crezut sau simțit anterior.

Ne folosim de aceste sentimente și convingeri din trecut pentru a legitima și „dovedi" concluziile noastre. Aceste sentimente și convingeri derivă în primul rând din cele ale părinților și ale altor persoane din copilăria noastră. Aceasta înseamnă că mediul în care ne-am dezvoltat determină în foarte mare măsură punctul nostru de vedere în anumite privințe.

În societatea noastră actuală, mulți copii sunt influențați negativ de către părinți. Cum acești părinți nu sunt proactivi în felul lor de a-i forma și disciplina, ci mai degrabă reactivi, mai mult ca sigur că și copiii lor vor simți și vor crede exact invers decât își imaginează părinții lor că i-au învățat.

Unii părinți creează o foarte mare stare de stres la copiii lor prin convingerile și comportamentele lor ilogice. O parte se bazează pe temeri, iar altele pe lipsa de informații. E suficient să ne gândim la câteva convingeri religioase de pretutindeni, chiar și printre părinții creștini. Unii părinți dau toată vina pe diavol pentru lucruri care le displac sau sunt convinși că de fapt copiii lor sunt posedați de diavol atunci când se poartă urât. Aceasta creează un stres insuportabil copiilor. Tot mai des întâlnim părinți care-și aduc copiii la centre speciale de consultanță pentru că sunt confruntați cu probleme cum ar fi incapacitatea de a învăța, ticuri nervoase, o alimentație haotică — probleme care sunt produse și agravate de stres chiar și la copii. Și totuși, o parte dintre acești părinți susțin, chiar în prezența copilului, că este posedat de diavol și cer să fie exorcizat. E greu de imaginat cât pot dăuna aceste nebunii copiilor.

Părinții înțelepți se vor asigura mai întâi dacă într-adevăr convingerile spirituale sunt raționale, corecte și logice, dar și sănătoase pentru copii. De asemenea, îi vor ajuta să priceapă valorile lor spirituale în credință și în practicarea sa. Acest tip de formare trebuie să se petreacă într-un mod relaxat și pozitiv. Dacă părinții vor încerca să își formeze copilul doar când reacționează în raport cu un comportament nedorit al acestuia, vor constata că le este tot mai greu să ducă o conversație rațională despre valori sau să împărtășească niște sentimente profunde.

Unul dintre scopurile formării este să extindă valorile noastre morale și spirituale astfel încât ele să ajungă la generația următoare — la copiii noștri și mai departe la

copiii copiilor lor. Acest lucru trebuie să se bazeze pe sentimentele și convingerile noastre cele mai intime și nu doar pe reacții la un comportament curent. Când ne exprimăm o părere, trebuie să le explicăm copiilor de ce gândim așa sau pe ce ne bazăm concluziile. Și trebuie s-o facem într-un mod cât mai calm și mai credibil. Copiii nu suportă mânia părinților lor. De fapt, de asta se tem cel mai tare.

Găsește-ți timp să stai de vorbă

Este extrem de important să-ți găsești timp permanent să stai de vorbă cu copiii încă de la o vârstă foarte fragedă. Ca părinți, voi le sunteți primii profesori de viață. Când vorbiți cu copiii, învățați-i care sunt elementele unei gândiri clare și astfel, chiar din acel moment, veți intra într-un joc al formării. Veți reuși aceasta mai ales atunci când reușiți să vă stăpâniți mânia, lucrul cel mai dificil pentru un părinte. Atunci când le arătați calea, împărtășindu-le deschis gândurile voastre, sentimentele și valorile, copiii se vor simți liberi să procedeze la fel.

Sunt foarte mândru de felul în care fiica mea Carey și ginerele meu își formează fetița, pe Cami. Ei o învață să-și exprime verbal gândurile, sentimentele și convingerile. Când e supărată de ceva, Cami este în stare să explice exact ce o nemulțumește și de ce. Astfel părinții o înțeleg mai ușor și pot pune întrebarea decisivă: „De ce?", atunci când vor să afle motivul ce se ascunde în spatele gândirii sau comportamentului său confuz.

Din diverse motive mulți părinți nu-și învață copiii cele mai importante lecții de viață. Tot așa cum ei nu știu când și cum să le permită copiilor să-și exprime liber gândurile și sentimentele. Dar atunci când părinții nu știu ce gândesc și ce simt copiii lor, nu mai au pe ce să se bazeze pentru a-i învăța ce înseamnă gândirea rațională. Din această cauză, majoritatea copiilor sunt incapabili să gândească suficient

de logic pentru vârsta lor, nu-și mai dezvoltă această capacitate niciodată și, ceea ce e cel mai rău, nu mai învață nicicând să-și stăpânească mânia.

Acest tip de formare ia mult timp, dar răsplata este pe măsură. Vorbesc permanent cu părinții care se află în dilema de a decide dacă să petreacă mai multe ore muncind în afara casei sau având grijă de copiii lor. Unii dintre ei se află în situații financiare care nu prea le dau de ales, dar mulți ar putea totuși s-o facă. Ei nu trebuie să uite că, dacă vor petrece mai mult timp cu copiii lor și le vor forma aceste căi atât de importante pentru a se descurca în viață, vor economisi mai mulți bani pe viitor. Multe dintre problemele cu care se confruntă părinții copiilor mai mari sunt extrem de costisitoare.

Gânduri sau sentimente?

Copiii noștri trebuie să își respecte propriile sentimente pentru a le respecta și pe ale altora. Dar mai întâi, noi trebuie să respectăm sentimentele copiilor noștri, înainte ca ei să le respecte pe ale noastre. Acest lucru este posibil împărtășindu-le sentimentele noastre și apoi rugându-i să ni le împărtășească pe ale lor.

Trebuie să nu uităm că gândirea și sentimentele nu sunt sinonime. Majoritatea oamenilor își bazează părerile și concluziile pe sentimente, fără să-și dea seama de acest lucru. În loc să gândească logic, pur și simplu reacționează emoțional. Nu au fost niciodată învățați să gândească. Când sunt confruntați cu lipsa de logică a concluziilor lor, ei reacționează din nou emoțional și adesea cu mânie.

Exprimarea sentimentelor prin mesaje însoțite de „eu"

O modalitate de exprimare a sentimentelor este utilizarea mesajelor care încep cu „eu". În acestea folosiți pronumele

personal pentru exprimarea sentimentelor referitoare la o anumită chestiune. Acest lucru vă împiedică să păreți antipatici sau ostili. Puteți spune așa: „Mă întristează faptul că un consilier municipal a luat bani ca să semneze un anumit contract. Asta înseamnă că a luat mită." Astfel vă exprimați părerile fără a deveni antipatici și explicați de ce gândiți într-un anume fel. Atunci când copiii discută cu voi diverse probleme, de-a lungul anilor, vor învăța să-și exprime propriile gânduri și sentimente așa cum se cuvine.

Din păcate mulți oameni presupun că părerile lor pornesc dintr-o gândire logică și de fapt sunt doar o înșiruire de sentimente în stare brută. Aceste sentimente primare sunt ilogice. Când copiii cresc într-o asemenea atmosferă, nu au cum să se apere de influențele nefaste din lumea înconjurătoare.

Când părinții aud că un copil afirmă ceva ilogic, este clar că, de fapt, el își exprimă doar sentimentele. Ei pot fi tentați să-l contrazică pe copil, mai ales dacă este adolescent. Aceasta este o mare greșeală, pentru că el se va simți frustrat și se va încăpățâna să-și mențină punctul de vedere ilogic. E mult mai înțelept să-l ascultați calm și apoi să-i spuneți cu ce anume sunteți de acord sau în ce măsură îl susțineți. Asta îl va ajuta pe copil să fie capabil să-și stăpânească sentimentele și să discute deschis chestiunea în continuare.

Manifestarea răbdării când nu ești de acord

Nu trebuie să ai impresia că este neapărat obligatoriu să ai câștig de cauză în orice neînțelegere cu copilul, atunci, pe loc. A învăța să gândești corect este un proces de durată și face parte dintr-un alt proces mai amplu, de maturizare. Pe măsură ce copilul descoperă că-și poate exprima gândurile și sentimentele în fața voastră fără ca voi să vă arătați dezagreabili, va fi tot mai dispus să vi le împărtășească. Și mai important este faptul că el va deveni mai deschis în

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

discutarea problemelor și din punctul vostru de vedere, lăsându-se învățat și uneori influențat. Odată ce copilul învață să abordeze astfel neînțelegerile, va fi mai agreabil pentru ambele părți.

Pe măsură ce îl învățați să gândească bine, relația cu el devine mai profundă. Acest lucru este extrem de important atunci când aveți de rezolvat un conflict cu copilul. El are încredere că vă puteți controla și că puteți fi un exemplu pentru el în depășirea momentelor de frustrare din timpul neînțelegerilor și conflictelor. Astfel, acest proces lung și solicitant pe care îl presupune educația părintească va deveni mai ușor și mai agreabil.

Atunci când încercați să vă formați copilul din punct de vedere spiritual, treceți prin același proces de împărtășire a gândurilor, sentimentelor și valorilor. Pe măsură ce crește înțelegerea față de chestiunile spirituale, veți constata felul în care ele influențează gândirea și faptele lui. Vor deveni pentru el un scut de apărare. Tânărul lipsit de valori, și mai ales de valori spirituale, poate cădea cu ușurință pradă diverselor doctrine.

Un alt motiv pentru care este important ca respectivii copii să-și înțeleagă sentimentele constă în faptul că trăim într-o perioadă în care depresia și anxietatea există într-o proporție fără precedent. Mulți tineri nu pot depăși presiunile și problemele de viață, pentru că sunt atât de ușor cuprinși de depresie și anxietate. Aceasta este una dintre principalele cauze pentru care problema consumului de droguri este tot mai mare și mai copleșitoare. Tinerii recurg la aceste mijloace artificiale și periculoase de calmare a neliniștilor lor.

Veriga lipsă

„Părinții sunt veriga lipsă în ce privește îmbunătățirea educației în America", cel puțin așa declară ministrul

educației Richard Riley.* Deși părinții pot sprijini școala în multe feluri, principala lor contribuție constă în asigurarea nevoilor emoționale ale copiilor. Maturitatea emoțională a copilului este condiția cea mai importantă în privința capacității sale de a învăța și de a se descurca bine la școală.

În prezent, se vede foarte clar în școli că mulți părinți nu mai reușesc să asigure nevoile emoționale ale copiilor sau să-i învețe să gândească clar. Puteți să-i întrebați pe cei care au predat ani de zile în special în zonele urbane și mulți vă vor spune că au de-a face cu copii care nu au ajuns la o maturizare emoțională și care au tot felul de obiceiuri haotice. Asemenea copii nu sunt pregătiți pentru învățătură.

Un profesor de școală primară mi-a povestit o întâmplare bizară cu o mamă care l-a amenințat pe învățătorul copilului pentru că acesta l-a obligat pe băiețel să-și mănânce jeleul de fructe cu furculița sau cu lingura, și nu cu mâna. Profesorul, care a încercat să înțeleagă mai bine lucrurile, l-a întrebat pe băiat cum ar fi vrut ca mama lui să îl vadă pe el mâncând. „Nu-i pasă — nu mâncăm niciodată împreună." Mama, furioasă, a adăugat: „Copilul meu are dreptul să mănânce jeleul de fructe așa cum poftește."

Această mamă își învață fiul că nu trebuie să gândească. El trebuie doar să acționeze în conformitate cu sentimentele sale — sau mai degrabă cu ale ei. De asemenea, îl învață să nu respecte autoritatea așa cum se cuvine. Mai mult, complica existența celor care-și petreceau viața de zi cu zi alături de fiul său.

Dacă vreți să învețe bine copiii voștri, asigurați-vă că au atins maturitatea emoțională cuvenită vârstei respective și că știu să gândească logic. Voi sunteți primii lor profesori în privința acestor lecții esențiale de viață.

---

* Jennifer Braun, *Parents Make for Kids Who Read Better* (*Cum pot părinții să-și ajute copiii să citească mai bine*), *Chattanooga Times*, 18 iunie 1996.

Anticiparea alături de copil

Mama îi spusese cândva micului Jeff că vor merge a doua zi la Grădina Zoologică. În realitate, au mers la spital, unde băiatului i s-au scos amigdalele. Ea n-a știut ,să-și pregătească fiul, așa încât nu i-a spus adevărata destinație. După operație, Jeff s-a trezit din anestezie și a plâns ore întregi. Celălalt copil care stătea în același salon cu Jeff fusese pregătit de părinții lui, spunându-i-se exact ce i se va întâmpla. Deși încă îl mai durea în gât, el s-a bucurat de înghețata pe care i-au adus-o infirmierele. În schimb, s-a tot întrebat de ce băiețelul de lângă el suferea în așa hal.

Pregătirea copilului

Asemenea momente dificile se întâlnesc foarte des. Pentru a-i crea copilului un avantaj în privința adaptării la viață, trebuie să-l învățăm să se confrunte cu problemele, încă înainte ca ele să aibă loc. Trebuie să fim atenți cum o facem, pentru că nu e nevoie să pregătim un copil de 8 ani pentru ceea ce va avea de înfruntat la 14 ani. Dar de pregătit trebuie să-i pregătim, pentru că așa îi putem proteja mai bine față de lucrurile cu care se vor confrunta în viitorul apropiat.

Cum putem să îi lăsăm pe copiii noștri să afle pericolele potențiale fără a-i speria sau a-i panica? În timpul conversațiilor, e bine să menționăm anumite lucruri atât bune cât și rele cu care s-ar putea confrunta. Să revenim la Jeff. Mama lui ar fi putut să-l ducă la spital cu o zi–două înainte, să-i arate cum e pe acolo și să-i explice ce se va întâmpla în fiecare loc în parte. O asemenea pregătire i-ar fi dat încredere lui Jeff și ar fi așteptat cu nerăbdare să-și vadă părinții după operație.

Anticiparea potențialelor probleme este modalitatea de a face ca anumite lucruri să se întâmple parțial încă

dinainte. Acest copil ar fi putut să trăiască în gând situația respectivă și să hotărască modul în care să îi facă față în diverse împrejurări. Aceasta înseamnă că ar fi deținut controlul asupra situației atunci când ea se producea propriu-zis.

Pregătirea pentru întâlnirile amoroase și pentru viața sexuală

Un exemplu tipic din această categorie se referă la întâlnirile sentimentale, mai ales în cazul fetelor. Un tată înțelept ar trebui să aibă niște „întâlniri" cu fiica sa, s-o scoată în oraș la cină sau la alte distracții, pentru a o familiariza cu ceea ce va simți mai târziu. Astfel, când va ieși cu băieții nu va intra în panică și nici nu va fi total dezorientată. Se va simți stăpână pe situație și nu va cădea pradă dorințelor altora sau controlului lor absolut. Un asemenea tată înțelept îi va explica cum să depășească situațiile dificile: ea va ști ce să facă și cum să ia legătura cu părinții în cazul în care are probleme.

Ea se va simți mult mai în siguranță și mai stăpână pe situație. Fiica probabil că-și va spune: *Am mai ieșit în oraș cu tata. Pot gândi și singură și pot fi stăpână pe situație fără să mă iau după spusele altcuiva. Dacă am nevoie de ajutor, tata îmi va fi mereu alături. Iar eu sunt propriul meu stăpân.*

Gândiți-vă la propria voastră fiică adolescentă — sau la fiul vostru — că ar putea gândi astfel și nu s-ar lăsa pradă presiunilor cercului de prieteni, așa cum se întâmplă cu cei nepregătiți și care intră în panică, se simt în nesiguranță și deci sunt ușor de influențat de un partener, de alți prieteni sau de persoane lipsite de scrupule.

De asemenea, trebuie să ne pregătim copiii pentru înțelegerea unor teme legate de sex, atât de des întâlnite în mass-media sau în conversațiile multora. Atunci când copiii pun întrebări referitoare la chestiunile sexuale,

părinții înțelepți le vor răspunde, dar la nivelul lor de înțelegere. Acest lucru se va face într-un mod relaxat, fără ca ideea că fie prezentată negativ. De fapt, părinții pot discuta despre sex în relație cu căsnicia, transmițându-le copiilor ideea că e vorba despre ceva pozitiv și minunat atunci când o facem așa cum a lăsat Dumnezeu. Vă rog să nu uitați că nimeni altcineva nu vă va putea forma copiii în această direcție, în afară de voi, părinții.

În plus, copiii mai mici trebuie să fie pregătiți pentru anumite probleme de limbaj și atitudini cu care se vor confrunta la școală și la joacă. Astfel, ei vor ști că anumite cuvinte nu sunt nici frumoase, nici de glumit cu ele.

Violența în societate și în mass-media reprezintă o ocazie similară pentru părinți. Voi vreți să vă protejați copiii pentru a fi cât mai puțin expuși la așa ceva. Și totuși, știți că deseori vor întâlni asemenea situații în emisiuni, ba chiar și în unele desene animate de la televizor, dar și la știri. Dacă dau peste asemenea emisiuni, e mai bine să fiți siguri că vor avea o reacție rațională și nu vor ajunge la reacții de insensibilitate, așa cum se întâmplă tot mai des. Este normal să vă doriți ca și copiii voștri să fie sensibili la durere și la chinurile oricărei victime precum și la indiferența și violența făptașilor.

Căutarea momentelor propice formării

Ați observat deja tema principală care însoțește acest tip de educație proactivă? Ei bine, nu trebuie să așteptați până se întâmplă vreo nenorocire ca să reacționați. Totul trebuie anticipat. Pregătit. Trebuie să gândiți în avans. Trebuie să vă pregătiți și să vă protejați cât mai bine copilul la nivelul fiecărei vârste în parte. Cu cât copilul este mai mare, cu atât mai mult trebuie să fi învățat să se protejeze singur, pentru că nu mai puteți fi prezenți tot timpul. Acesta este un tip de educație părintească pozitivă.

Acest stil de pregătire și formare nu poate fi structurat asemeni unei întâlniri de afaceri. Cu copiii trebuie să găsiți momentele cele mai propice pentru a-i forma. De obicei există două categorii de asemenea momente. Primul ar fi când copilul este interesat și întreabă ceva în legătură cu problema respectivă. Avantajul constă în faptul că, atunci când copilul este deja interesat, va avea el inițiativa. Asta înseamnă că este motivat să învețe și aproape întotdeauna va avea o reacție pozitivă față de ceea ce încercați să-i spuneți. Trebuie să pândiți asemenea momente, pentru că ele sunt ocazii prețioase.

Unul dintre aceste momente este cel în care copilul se află la faza lui „de ce" și vă bombardează cu întrebări. Trebuie să vă bucurați când copilul pune întrebări, pentru că asta înseamnă că el este deschis la răspunsurile voastre. Aceasta însă mai înseamnă și că trebuie să fiți la dispoziția copilului o bună parte din timp pentru ca aceste întrebări să vină de la sine. În ultimii ani, am auzit multe despre „timpul cuvenit copiilor". Ceea ce uită însă unii este că întrebările și nevoile copilului s-ar putea să nu apară atunci când părintele tocmai s-a hotărât să-i acorde mai mult timp. O educație adecvată înseamnă să-ți găsești timp atunci când apar întrebările.

Un alt moment extrem de propice este atunci când copilul se simte foarte apropiat de voi din punct de vedere emoțional. Acesta ar fi momentul favorabil dinainte de culcare, când se stabilește o legătură foarte apropiată și plină de iubire între voi și copil, când îi citiți seară de seară, stați de vorbă și vă rugați împreună. Momentul dinainte de culcare este o ocazie în care îi puteți satisface nevoile emoționale și-l puteți forma și călăuzi într-o atmosferă de care copilul își va aminti cu drag.

În perioada când copiii noștri se aflau în creștere, Pat și cu mine îi citeam fiecărui copil în parte povești laice, din Biblie ori din cărțile creștine. Adesea, am inventat

povești pe care le-am utilizat pentru a exprima un anumit lucru de care copilul avea nevoie. De asemenea, citeam și scurte povești religioase pentru a aduce în conversație valorile spirituale. Pe măsură ce copiii puneau întrebări despre poveștile respective, noi ne simțeam tot mai încântați, pentru că ele reprezentau un fel de invitații în regatul sufletului lor. Multe cărți au întrebări la sfârșitul fiecărei povești în parte și acestea îi ajută pe părinți, mai ales când copilul nu comentează ce i s-a citit.

De asemenea, momentul dinainte de culcare este cel în care puteți menționa așa, ca din întâmplare, ceva negativ cu care s-ar putea confrunta cât de curând copilul. Sau chiar el ne poate întreba despre ceva neplăcut care i s-a întâmplat. În acest decor foarte relaxat îi putem asigura pe copii că ne pot spune orice, fiind totodată total deschiși la nevoile lor.

Lăsarea copilului pe cont propriu

Cum societatea noastră este tot mai plină de neprevăzut pentru copii, a devenit și mai important să știm exact cum și când să-i lăsăm pe cont propriu. Nu mă refer la momentul în care pleacă la casele lor ca tineri adulți, ci la momentele mai mult sau mai puțin importante când copiii trec de la o activitate la alta. Trebuie să-i lăsăm să-și asume mai multă răspundere și să le acordăm o mai mare independență. Unii copii simt nevoia să rămână dependenți perioade mai îndelungate decât alții de aceeași vârstă. Acest lucru este valabil pentru vârsta la care încep întâlnirile sentimentale sau merg la anumite evenimente sociale pentru care eventual părintele consideră că respectivul copil nu este încă pregătit.

O modalitate de a trata acest proces perpetuu de lăsare a copilului pe cont propriu ar fi formarea lui în așa fel încât să înțeleagă consecințele comportamentului său. Acesta

este un proces treptat care se poate accelera atunci când copilul ajunge la adolescență. El trebuie să priceapă că privilegiile depind de un comportament responsabil. Asigurați-vă că adolescentul înțelege clar că pe măsură ce comportamentul său va fi mai matur și privilegiile sale vor fi mai mari. Veți dori să puteți să spuneți „da" cât mai des, dar și să aveți libertatea să spuneți „nu" atunci când este cazul. Cu cât adolescentul este mai pregătit pentru această ecuație în care asumarea răspunderii comportamentului egal privilegii, cu atât își va da seama că doriți sincer să fie fericit, iar problemele vor fi tot mai puține în privința deciziilor celor mai potrivite.

Această abordare comportament–privilegii nu este foarte la îndemâna părinților. De fapt ea presupune curaj, mai ales în perioada adolescenței. Și totuși, dacă v-ați pregătit copilul astfel încă din primii ani, va fi mai simplu când va ajunge la adolescență. Când copilul se va apropia de adolescență, sper să citiți cartea mea *How to Really Love Your Teenager* (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat adolescentul*). Capitolul „De la controlul părinților la autocontrol" aprofundează această idee.

Cel mai greu pentru părinții din ziua de azi este să îi ofere suficientă protecție și să știe exact când să îi dea drumul copilului să se descurce singur. Pe de o parte, vrem să fim siguri că respectivul copil se descurcă într-o anumită situație încă înainte de a fi independent, dar nu dorim să pornească de la ideea că încercăm să îl oprim sau să-l împiedicăm să devină independent într-o anumită direcție. Părinții înțelepți își asigură copilul că doresc ca el să devină independent, cât mai curând. Dar un părinte prudent va adăuga: „Întotdeauna mă voi gândi la siguranța și binele tău. Atunci când vei ajunge la nivelul de maturitate care să-ți permită să ai singur grijă de tine, te voi lăsa pe cont propriu — dar nu uita că tata [mama] îți este întotdeauna aproape și gata să te ajute."

Da. Ideea de protecție și de a-l lăsa pe copil să se descurce pe cont propriu merg foarte bine împreună. Mai întâi protecția și apoi lăsarea copilului să se descurce pe cont propriu.

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

6

CEA DE-A PATRA PIATRĂ DE TEMELIE: CONTROLUL MÂNIEI

Să știți, iubiții mei frați: orice om să fie grabnic la ascultare, zăbavnic la vorbire, zăbavnic la mânie. Căci mânia omului nu lucrează dreptatea lui Dumnezeu.

Iacov 1, 19–20.

Tânăra mamă a luat căruciorul de cumpărături și s-a tot învârtit de la un raion la altul, uitându-se în ochii fiului său care avea vreo 3 ani. Tonul vocii ei era foarte hotărât și apăsat. „Pune-o... la... loc!"

„Dar o *vreau*", s-a miorlăit cel mic, ținând strâns în brațe cutia cu fulgi de porumb pe care era un desen cu Țestoasele Ninja.

„Pune-o la loc!" spuse ea mai tare, de astă dată cuprinzând-o mânia. Autorul Daniel Goleman descrie ce a urmat:

> În acel moment, celălalt copilaș care se afla în căruciorul de cumpărături a dărâmat un borcan cu dulceață. Când acesta a aterizat pe jos, mama a țipat: „Asta e prea de tot!" pălmuindu-l furioasă; a înșfăcat cutia băiețelului de 3 ani și a aruncat-o în cel mai apropiat raft, l-a apucat de încheietura mâinii și s-a grăbit prin magazin, împingând periculos căruciorul în care se afla sugarul care acum plângea, în timp ce celălalt băiețel dădea din picioare și protesta: „Lasă-mă *jos*, lasă-mă *jos*!"*

Furia necontrolată stă la baza celor mai multe probleme din viața noastră de zi cu zi de acasă și din societate.

---

* Daniel Goleman, *Inteligența emoțională*, Curtea Veche Publishing, 2001.

Motivul este faptul că modalitățile de a ne stăpâni mânia trebuie învățate, pentru că nu vin de la sine. O abordare matură a mâniei trebuie învățată încă de acasă și totuși aceasta se întâmplă tot mai rar în ziua de azi. Ați primit educație în acest sens? Probabil că nu. Și mai mult ca sigur că acest lucru este valabil pentru marea majoritate.

Foarte puțini părinți sunt conștienți de faptul că trebuie să-și învețe copiii să-și stăpânească mânia, aceasta reprezentând una dintre principalele lor răspunderi. Nici părinții nu-și dau seama că acesta este cel mai dificil aspect al educației.

Să-i învățăm pe copii să-și stăpânească mânia reprezintă cea de-a patra piatră de temelie în educarea lor pentru maturizare. Suntem total dezorientați în privința acestei probleme. Nu știm cum să procedăm. Poate și pentru că majoritatea înțeleg greșit această emoție numită *mânie* — de ce o simțim, cum o exprimăm și modalitatea prin care am putea să ne-o stăpânim. Dacă părinții nu vor ști ce înseamnă mânia și cum s-o stăpânească așa cum se cuvine, nu vor fi în stare să-și învețe copiii ce să facă în asemenea momente. Căci, să fim sinceri, cam toți suntem mai mult sau mai puțin furioși în mod frecvent. Când însă copiii se supără rău, majoritatea părinților reacționează greșit și distrugător. Principalul motiv este că părinții nu au învățat să-și domine mânia. Primul lucru este să învețe să-și stăpânească propria mânie, să fie în stare „să nu păcătuiască la mânie" (*Efeseni* 4, 26), așa cum ne amintește Sf. Apostol Pavel.

O amenințare permanentă

Principala amenințare permanentă pentru binele copilului este tocmai mânia. Măsura în care copilul învață să-și stăpânească mânia va determina deznodământul celor mai importante momente din viața sa. Aceasta include respectul

față de autoritatea legitimă și linia morală a existenței sale. O proastă administrare a momentelor de furie poate distruge viața copilului vostru. Poate produce sau agrava orice problemă prezentă sau potențială pe care ar putea-o avea copilul de la note proaste la relații distruse, la depresii și chiar la sinucideri. Este imperios necesar să faceți tot posibilul pentru a vă salva copilul acum și pe viitor de aceste abordări inadecvate ale mâniei.

Putem descoperi cu ușurință dovezi clare ale unei abordări inadecvate a mâniei la nivelul societății noastre. Violența expodează pretutindeni, inclusiv în școli, în biserici și în cartiere. Totuși, educarea copilului pentru a-și stăpâni mânia nu este responsabilitatea societății. Părinții sunt cei care trebuie să îndeplinească această misiune îndelungată și dificilă. Tragedia este că acest lucru nu se întâmplă în marea majoritate a căminelor. De fapt, cei mai mulți copii sunt învățați să-și canalizeze mânia în mod greșit și distrugător — și învață asta acasă, de la părinții care nu-și dau seama ce îi învață de fapt. Ei se comportă ca de obicei, așa cum au învățat de la părinții lor.

Mânia nestăpânită se reflectă în comportamente iraționale și violente. Adesea ne împiedică să gândim și are o influență extrem de nocivă asupra motivațiilor personale. Mânia direcționată spre un copil mic este înspăimântătoare, mai ales când vine din partea unui părinte. Copilul este neajutorat în fața furiei părintelui și tocmai de aceea este teama lui cea mai mare. Dacă părintele nu învață să-și stăpânească atât propria mânie, cât și pe cea a copilului, teama se va transforma în resentimente și în atitudini și comportamente antipărintești.

Da, este adevărat că mânia are și o latură pozitivă — când este stăpânită și folosită în vederea unor schimbări. Există situații în care este normal să fim mânioși față de comportamente și atitudini care dăunează oamenilor

nevinovați. Dar chiar și așa, ea trebuie stăpânită și canalizată în mod constructiv.

Folosirea mâniei în mod pozitiv este un scop în sine atât pentru părinți, cât și pentru copii. Pentru ca așa ceva să se întâmple, trebuie ca mai întâi să înțelegeți cum funcționează mintea și cum poate fi abordată mânia.

Felurile în care reacționăm la mânie

Putem reacționa la mânie în două feluri — prin vorbe sau prin fapte. De aceea, copiii au o modalitate limitată de exprimare a mâniei. Ambele soluții — comportamentale sau verbale — par la fel de neplăcute părinților. Dacă copilul mic își exprimă mânia prin fapte, dându-se cu capul de pereți, aruncând jucării, lovind sau dând cu piciorul, comportamentul respectiv trebuie atent analizat și îndreptat. Dacă respectivul copil își exprimă mânia verbal, mai mult ca sigur că părintele o va percepe ca pe o lipsă de respect și ca pe ceva care nu se cade. De aceea ambele modalități de exprimare a mâniei sunt de obicei inacceptabile.

Există doar două posibilități

Ce dilemă cumplită pentru un copil care nu are decât aceste două posibilități de a-și manifesta mânia. Nu poate să o țină în el la nesfârșit. Trebuie să o exprime într-un fel mai devreme sau mai târziu. Nici nu se mai știe câți oameni suferă de depresii, sunt bolnavi ori au ajuns prin închisori tocmai pentru că și-au refulat mânia acumulată în copilărie.

Ce dilemă cumplită pentru părinți! Dacă refuzăm să-i permitem copilului să-și exprime mânia, ea se poate transforma într-o problemă mult mai profundă și mai nocivă ulterior în viață. Dacă-și exprimă mânia verbal sau comportamental și ia o formă distructivă, îl pedepsim pe copil.

Ca urmare, n-are de ales decât să-și refuleze această mânie pe viitor. Oricum am face, nu va învăța niciodată să-și stăpânească mânia în mod matur.

Acesta nu este altceva decât încă un exemplu de capcană a pedepsei în care cad atât de mulți părinți, gândind că pedeapsa în sine este calea de a-și învăța copiii să-și stăpânească mânia. Tocmai într-un asemenea moment, părinții trebuie să fie proactivi și nu reactivi. Decât să se mulțumească cu o reacție la mânie și cu o încercare grăbită de a o face să treacă, un părinte înțelept va vedea în această exprimare a mâniei un moment propice formării. Da, comportamentul trebuie controlat și schimbat, dar părintele înțelept este mult mai interesat de lecția pe termen lung pe care o poate învăța copilul.

O altă greșeală pe care o fac mulți părinți atunci când copilul se enervează este faptul că explodează pur și simplu și-și descarcă propria mânie pe copil. Dar nu uitați, copilul este neajutorat în fața mâniei părintești. N-are cum să se apere împotriva ei.

Este limpede că atât copilul cât și părintele sunt confruntați cu o dilemă. Ce e de făcut? Mai întâi, trebuie să nu uitați că un copil iubit e mult mai ușor de disciplinat și de format decât cel care nu se simte iubit. De aceea, *la baza formării unei atitudini față de mânie trebuie să stea un rezervor emoțional plin.*

Apoi nu uitați că formarea unor reacții ale copilului față de mânie este rolul cel mai dificil pentru un părinte. Motivul este faptul că și așa vă este destul de greu să vă stăpâniți emoțional atunci când încercați să vă formați copilul. Se știe că de fapt copiii sunt imaturi și că-și vor exprima mânia în mod imatur atâta vreme cât nu sunt învățați să procedeze altfel. Până atunci, exprimarea firească și normală a mâniei va avea tendința să înrăutățească situația.

Răspunsuri la o dilemă

Cum există doar două modalități de a exprima mânia, puteți controla pe care dintre cele două o va alege copilul vostru. Oare care este mai bună — exprimarea verbală sau cea comportamentală? Evident, cea verbală.

În al doilea rând, la baza formării reacției față de mânie stă faptul că respectivul copil trebuie încurajat să verbalizeze sentimentul.

De fapt, cele mai mature moduri prin care ar trebui să-și exprime mânia sunt următoarele:

- Verbal;
- În mod agreabil;
- Prin depășirea momentului de mânie, împreună cu persoana care l-a declanșat sau...
- Prin descoperirea unor căi de rezolvare intrinseci.

Când copilul își exprimă mânia verbal, chiar dacă poate fi neplăcut, înseamnă totuși că este pe cale să-și stăpânească mânia cu mai multă maturitate. De ce? Pentru că este esențial în stăpânirea mâniei ca ea să fie exprimată verbal. Dacă nu-i permiteți copilului să-și manifeste mânia, într-o primă fază el și-o va refula. Dar în final, ea se va manifesta în subconștient printr-un comportament pasiv-agresiv (aceasta înseamnă un comportament indirect, dar negativ, concept pe care îl vom discuta pe scurt). *Nu îți poți forma copilul în așa fel încât să-și stăpânească mânia, înainte ca el să și-o exprime verbal.*

Dacă respectivul copil devine foarte furios și își exprimă mânia verbal, sigur că va fi foarte neplăcut. Reacția tipică va fi să vă înfuriați și voi — eventual chiar mai tare decât copilul — și să spuneți ceva amenințător de genul: „Cum îndrăznești să-mi vorbești așa? Să nu te mai aud niciodată. Ai înțeles?"

Dacă nu-şi va exprima mânia verbal, bietul copil are două posibilităţi. El se poate supune şi „să nu mai vorbească aşa niciodată" reprimându-şi mânia. De fapt el nu-şi va reprima doar mânia personală, ci şi cea pe care i-aţi provocat-o prin propria voastră atitudine neplăcută. Aceasta este o cale sigură de a-l face pe copil să devină agresiv-pasiv. Cealaltă alternativă pe care o are copilul este să nu vă asculte şi să îşi manifeste mânia comportamental. Atunci chiar că aveţi o problemă!

Nu vă puteţi forma copilul în aşa fel, încât să-şi stăpânească mânia atâta vreme cât nu-l învăţaţi să şi-o exprime verbal.* Dacă refuzaţi să faceţi asta, copilul nu va învăţa niciodată să-şi stăpânească mânia cu maturitate. Aceasta este capcana pedepsei în toată splendoarea ei, care duce la apariţia unor atitudini şi sentimente împotriva părinţilor şi a oricărei forme de autoritate. Din păcate asta se întâmplă în majoritatea căminelor din ziua de azi.

Mânia şi comportamentul pasiv-agresiv

Povestea lui Janet

John şi Pam au avut probleme grave în căsnicie şi s-au gândit că eventual un copil ar putea să-i mai apropie. Janet avea să fie rezultatul acestei speranţe. Era un copil calm, uşor de stăpânit, se descurca bine la şcoală şi cu prietenii. Era o fetiţă tare dulce şi adorabilă, încântată să-i facă şi pe alţii fericiţi.

Deşi nici că-şi puteau dori un copil mai iubitor, John şi Pam nu rezolvaseră însă problemele relaţiei lor. Un timp au mers la un consilier matrimonial, dar s-au lăsat păgubaşi

* Pentru mai multe informaţii despre felul în care copilul îşi poate exprima verbal mânia vezi Gary Chapman şi Ross Campbell, *Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor*, Curtea Veche Publishing, 2001, pp. 160–161. Vezi şi Ross Campbell, *Kids in Danger: Disarming the Destructive Power in Your Child* (*Copii în primejdie: dezarmarea puterii distructive a copilului*), Colorado Springs: Chariot Victor, 1999.

când Pam a început să muncească la rândul ei, respectiv când Janet a început școala. După un an, problemele conjugale au devenit tot mai grave, iar John și Pam s-au despărțit. Janet a rămas cu mama ei și a părut total neafectată de această schimbare. Ea spunea tuturor că părinții ei trăiesc separat un timp, dar că se vor împăca în curând.

Șase luni mai târziu, John și Pam s-au decis să divorțeze. În acest moment Janet a reacționat vizibil, fiind grav afectate rezultatele ei la școală și nemaiputându-se concentra. A devenit tot mai retrasă, izolându-se de colegi și de adulții importanți din viața ei. Acasă a început să plângă și să-și implore mama să nu divorțeze. La început, Pam a fost înțelegătoare, dar ulterior a devenit nerăbdătoare și în cele din urmă tot mai mânioasă. „Divorțul va avea loc și gata", i-a spus ea lui Janet. „Trebuie să te obișnuiești cu ideea asta."

Janet n-a mai vorbit despre divorț și a început să învețe mai bine la școală și să se descurce bine și în alte împrejurări. Mânia ei însă continua să existe și să mocnească la foc mic, iar la vârsta adolescenței a ieșit la iveală prin tipicul comportament agresiv-pasiv. Rezultatele ei au fost tot mai proaste, notele tot mai mici, iar comportamentul ei tot mai ostil față de părinți și față de alți adulți. Apoi a fost prinsă furând dintr-un magazin. Curând după aceea, a rămas însărcinată și a făcut un avort.

Începând cu acest moment, Pam a dus-o pe Janet la un specialist, așteptându-se ca aceasta să fie total necooperantă. Spre surprinderea lui Pam, Janet a fost încântată că în sfârșit cineva se preocupă într-adevăr de ea. Cum din fire era un copil drăguț și înțelegător, această fațetă a personalității sale a ieșit din nou la iveală și a făcut niște progrese extraordinare. Ea bănuise că divorțul părinților se datorase comportamentului său inadecvat și a fost uluită să constate câtă mânie adunase în sine de-a lungul anilor.

Asupra lui Janet sfaturile au avut efect și în cele din urmă a învățat să stabilească legături bazate pe iubire față de părinții ei și să recâștige încrederea în ceilalți. Ea este una dintre cei norocoși, pentru că a fost ajutată la timp și astfel a reușit să aibă o viață de adult fericită. Povestea ei scoate la iveală efectele pe termen lung ce pot fi cauzate de un divorț. Cel mai tare este ignorată supărarea copiilor, mânia lor de care părinții nu se preocupă, pentru că au propriile lor probleme, fiind la rândul lor triști și supărați și venindu-le greu să se adapteze la un nou stil de viață. Cum copiii lor *par* să treacă ușor peste acest moment, ei ignoră ceea ce probabil că se petrece dincolo de aparențe.

Ce este agresivitatea pasivă?

Comportamentul pasiv-agresiv este acea hotărâre categorică a subconștientului să facă exact contrariul a ceea ce se așteaptă de la respectivul. Altfel spus, este motivația subconștientului de a face contrariul a ceea ce personajul care deține autoritatea (părintele, profesorul, șeful, partenerul de viață) dorește să se întâmple. Este o formă subtilă de agresivitate, un fel de a reacționa față de cineva. Aceasta presupune manipularea celorlalți astfel încât respectivul să acționeze după bunu-i plac.

Janet a dat dovadă de acest comportament tipic pasiv-agresiv în efortul de a-și exprima supărarea. Nefiind în stare să discute despre suferința și mânia ei, a găsit diverse forme pasive de a le exprima, adesea subconștiente.

Scopul unui comportament pasiv-agresiv este să supere și să înfurie părinții sau personajul care reprezintă autoritatea. Trebuie să nu uitați că acesta este un proces subconștient; copilul nu știe sau nu este complet conștient de el atunci când procedează astfel. S-ar putea să fie la fel de uluit ca și părinții. Acest lucru se întâmplă în toate cazele. Acest comportament neînțeles este unul dintre motivele pentru care copiii cu tot felul de probleme provin din toate

tipurile de cămine, chiar și din familiile cele mai bune. Majoritatea părinților nu recunosc sau nu înțeleg acest comportament pasiv-agresiv.

O exprimare verbală și o stăpânire a situației (în mod agreabil) reprezintă calea cea mai matură de abordare a mâniei. De obicei însă, părinții nu-și dau seama că agresivitatea pasivă este cea mai proastă soluție de abordare a mâniei. Comportamentul pasiv-agresiv este nociv, subtil și mereu prezent. A dăunat multor vieți și a distrus altele mai mult decât orice altceva. El este rezultatul unei educații insuficiente și poate fi evitat dacă părinții asigură o modalitate de abordare matură a stărilor de furie.

Un asemenea caz tipic de adolescent pasiv-agresiv este cel al lui Jerry de 16 ani, un băiat destul de inteligent și care nu are probleme cu învățătura. Vrea să ia note mari și se străduiește pentru asta. Dar în final, uluiește pe toată lumea, pentru că vine acasă cu note proaste, ceea ce este atât în detrimentul lui, cât și al părinților. Cum e cu putință ca un copil atât de inteligent care învață sârguincios să ia niște note atât de proaste? Jerry este supărat pe părinții lui și trebuie să-și exprime într-un fel mânia așa încât face exact contrariul a ceea ce așteaptă de la el părinții săi. Jerry nu-și dă seama în mod conștient că procedează astfel tocmai ca să le facă în ciudă părinților, dar totuși așa procedează. Până ce părinții nu vor înțelege motivele acestor șicane, care nu sunt altceva decât o problemă foarte banală, indiferent ce altceva vor încerca să facă, vor înrăutăți și mai tare situația.

Recunoașterea comportamentului pasiv-agresiv

Semne ale comportamentului pasiv-agresiv

Există trei modalități prin care părinții își pot da seama dacă au de-a face cu un asemenea comportament pasiv-agresiv.

- Comportamentul pare ilogic. Părinții știau că Jerry voia să obțină note mari, așa încât nu înțelegeau de ce a decis să se poarte așa.
- Nimic din ceea ce fac părinții nu va reuși să corecteze acest comportament. Având în vedere că scopul acestui comportament este să nemulțumească personajul care reprezintă autoritatea, niciun sistem nu va da roade. Părinții lui Jerry au încercat să îl răsplătească pentru notele bune. Au început să-l pedepsească atunci când a luat note proaste. Subconștient, Jerry a avut grijă ca nimic să nu funcționeze, pentru că scopul său vădit era să își scoată din fire părinții.
- Copilul are cel mai mult de suferit. Jerry a suferit din pricina notelor proaste. Și totuși, comportamentul a continuat.

Recunoașterea comportamentului normal și a celui anormal pasiv-agresiv

Comportamentul pasiv-agresiv este normal într-o singură fază a vieții copilului — în primii ani de adolescență între 13 și 15 ani. Chiar și atunci este normal doar dacă nu face rău nimănui. Majoritatea tinerilor adolescenți trec prin această fază de confuzie totală și de răzvrătire pentru a reuși să ajungă la maturitatea adultă. În această perioadă trebuie să învețe să-și stăpânească mânia cu cât mai multă maturitate, pentru că altfel vor deveni pentru totdeauna adulți pasiv-agresivi care nu reușesc să stabilească decât relații dezastruoase în toate direcțiile existenței lor.

Cu zeci de ani în urmă, când cei tineri treceau prin această fază de răzvrătire normală, aveau doar niște posibilități destul de limitate de desfășurare și care erau relativ inofensive. Probabil că îmbrăcau în hârtie igienică niște copaci sau stricau niște ziduri de case. Ele însă nu se compară cu pericolele actuale pe care le reprezintă drogurile, violența, delictele de tot felul care pot ajunge până la crimă,

relațiile sexuale ori chiar sinuciderea. În prezent, există multe persoane lipsite de scrupule sau fără suflet care profită de aceste abateri firești ale tinerilor și care obțin venituri masive punând la dispoziția acestor copii ispite catastrofale sub formă de arme, alcool, droguri, pornografie și sex ilegal.

Părinții trebuie să învețe să distingă între comportamentul inofensiv pasiv-agresiv și comportamentul anormal. Dezordinea din camera unui adolescent de 14 ani este inofensivă și poate fi tolerată. Fumatul de droguri este o potențială amenințare față de însăși existența copilului și nu poate fi tolerată. Îndatorirea dificilă a părinților este să găsească o modalitate de a direcționa această fază normală pasiv-agresivă spre ceva acceptabil, pentru că există și multe căi pozitive de satisfacere a dorinței adolescenților de a trăi ceva palpitant și chiar periculos. Activitățile fizice care solicită mult, cum ar fi cățăratul pe frânghie, alpinismul sau mersul pe bicicletă, precum și sporturi de echipă ori individuale sunt excelente posibilități de direcționare a energiei adolescenților. Această fază a vieții trebuie să fie sănătoasă și palpitantă în același timp, pentru că tânărul învață acum să aibă încredere în sine și să se bizuie pe propriile puteri, ceea ce-i va fi de folos ulterior în lumea adulților.

Drumul spre maturitate

Stăpânirea mâniei la 17 ani

Scopul vostru este să vă învățați copilul să-și stăpânească mânia înainte să ajungă la 17 ani. Doar descoperind o cale inatură și acceptabilă de abordare a mâniei va reuși să depășească această fază pasiv-agresivă din primii ani de adolescență. Tristul adevăr este că mulți adulți nu

au ieșit niciodată din această fază, pentru că n-au fost învățați să înțeleagă ori să-și stăpânească mânia.

Majoritatea părinților fac greșeala să creadă că nicio manifestare a mâniei nu este bună și copilul trebuie disciplinat și potolit. Acest lucru însă nu-l va învăța pe copil să-și stăpânească mânia în mod constructiv. De aceea, copilul ajunge ca în perioada de maturitate să abordeze inadecvat crizele de mânie, creând premisele multor probleme pe care le va avea ulterior în viață cum ar fi incapacitatea de a urma o facultate, dificultăți la serviciu și tensiuni în căsnicie. Părinții care doresc să nu aibă copii care să devină victime ale propriei lor mânii trebuie să-i învețe să și-o stăpânească, pe cât se poate de bine.

Chiar dacă ați început să vă formați copilul pentru aceste abordări ale mâniei încă de când era foarte mic, nu trebuie să vă așteptați să observați imediat dovezi de maturitate în această direcție, cel puțin nu înainte de a împlini 6 sau 7 ani. Nu uitați, copilul are doar două opțiuni de exprimare a mâniei — prin vorbe și prin fapte. Când se descarcă prin vorbe, veți reuși să-l învățați mai bine să-și stăpânească mânia. Până să ajungă la 6 sau 7 ani, cea mai importantă misiune a voastră este să împiedicați mânia pasiv-agresivă să devină un factor determinant al exprimării mâniei în sine. Un rezervor emoțional gol este un teren foarte fertil pentru mânia pasiv-agresivă. Păstrând rezervorul emoțional al copilului plin cu iubire necondiționată, îl puteți pregăti să facă progrese în abordarea verbală a mâniei. Nu va mai trebui să-și exprime mânia comportamental, întrebând mereu: „Mă iubești?"

Scara mâniei

Pozitiv

1. AGREABIL • CĂUTAREA UNEI SOLUȚII • CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI • MENȚINEREA NEMULȚUMIRII INIȚIALE • GÂNDIREA LOGICĂ
2. AGREABIL • CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI • MENȚINEREA NEMULȚUMIRII INIȚIALE • GÂNDIREA LOGICĂ

Pozitiv și negativ

3. CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI • MENȚINEREA NEMULȚUMIRII INIȚIALE • GÂNDIREA LOGICĂ • dezagreabil, cu glas tare
4. MENȚINEREA NEMULȚUMIRII INIȚIALE • GÂNDIREA LOGICĂ • dezagreabil, cu glas tare • deplasarea mâniei către alte surse
5. CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI SALE • MENȚINEREA NEMULȚUMIRII INIȚIALE • GÂNDIREA LOGICĂ • dezagreabil, cu glas tare • abuz verbal
6. GÂNDIREA LOGICĂ • dezagreabil, cu glas tare • deplasarea mâniei către alte surse • exprimarea unor nemulțumiri fără legătură între ele

Preponderent negativ

7. dezagreabil, cu glas tare • deplasarea mâniei către alte surse • exprimarea unor nemulțumiri fără legătură • comportament afectiv dăunător
8. dezagreabil, cu glas tare • deplasarea mâniei către alte surse • exprimarea unor nemulțumiri fără legătură • abuz verbal • comportament afectiv dăunător
9. dezagreabil, cu glas tare • înjurături • deplasarea mâniei către alte surse • exprimarea unor nemulțumiri fără legătură • abuz verbal • comportament afectiv dăunător

10. CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI SALE • dezagreabil, cu glas tare • înjurături • deplasarea mâniei către alte surse • aruncatul cu diverse obiecte • comportament afectiv dăunător
11. dezagreabil, cu glas tare • înjurături • deplasarea mâniei către alte surse • comportament afectiv dăunător

Negativ

12. CONCENTRAREA MÂNIEI ASUPRA SURSEI SALE • dezagreabil, cu glas tare • înjurături • distrugerea bunurilor • maltratare verbală • comportament afectiv dăunător
13. dezagreabil, cu glas tare • înjurături • deplasarea mâniei către alte surse • distrugerea bunurilor • abuz verbal • comportament afectiv dăunător
14. dezagreabil, cu glas tare • înjurături • deplasarea mâniei către alte surse • distrugerea bunurilor • abuz verbal • maltratarea fizică • comportament afectiv dăunător
15. comportamentul pasiv-agresiv

Notă: Cele scrise cu litere mari indică modalitățile pozitive de a exprima sentimentele de mânie. *Sursa:* Ross Campbell, *Kids in Danger* (*Copii în primejdie*), Colorado Springs: Chariot Victor, 1999, p. 69.

Conceptul de scară a mâniei vă poate ajuta să vizualizați scopul educației copiilor în privința controlării momentelor de mânie. Scara mâniei pornește de la bază cu formele cel mai puțin eficiente de stăpânire a mâniei, urcând treptat spre formele cele mai eficiente de depășire a momentelor de mânie. Copiii mici se află probabil la baza scării. Scopul este să lucrați cu ei și să-i ajutați să urce treaptă cu treaptă pentru a trece de la comportamentul pasiv-agresiv și cel al abuzurilor verbale la modalități pozitive de depășire a mâniei. Asta va însemna ani de zile

de formare și multă răbdare, pentru că progresul, în general, se face în doze foarte mici.

Studiați cu atenție scara mâniei de la paginile 122–123. Observați că acest comportament pasiv-agresiv se află chiar la baza scării. El reprezintă acel tip de comportament ce nu poate fi stăpânit în niciun fel. Nu uitați că este normal doar în primii ani de adolescență și asta doar sub forme care nu dăunează celorlalți. Trebuie să lucrați cu copilul de orice vârstă pentru a constata progresele, dar fără a aștepta niște progrese imediate sau niște rezultate rapide. Copilul nu poate urca decât câte o treaptă o dată și s-ar putea să dureze până ce va reuși să treacă la o nouă treaptă.

Scopul vostru este ca respectivul copil să avanseze spre o modalitate verbală mult mai acceptabilă de exprimare a mâniei. Însă, pentru a ajunge aici, va trebui să faceți față și unor forme inacceptabile și lipsite de respect prin care se manifestă crizele de mânie, pentru că altfel riscați să-l faceți pe copil să-și reprime mânia care va ieși la iveală ulterior în comportamente total inacceptabile.

„Conversația cu sine însuși"

Adesea am recurs la conversații cu mine însumi atunci când am fost confruntat cu mânia verbală a unuia dintre copiii mei. Mi-am recapitulat partea pozitivă a faptului că-și exprima prin vorbe mânia, constatând că a ajuns la un nivel superior față de anul precedent. De asemenea, mi-am reamintit că, exprimându-se verbal, nu riscă să țină în el și să devină pasiv-agresiv. O asemenea atitudine părintească poate părea permisivă. Totuși, trebuie să ne amintim că acești copii neformați încă, indiferent de vârstă, își vor exprima mânia în mod imatur. Dacă noi, ca părinți, ne enervăm și îi împiedicăm să se descarce verbal, nu-i vom putea învăța să reacționeze ulterior cu mai multă maturitate.

Atunci când copilul se enervează, trebuie să ne întrebăm: „De obicei e respectuos? De obicei e cooperant?" Dacă respectivul copil a fost format din punct de vedere emoțional așa cum trebuie, răspunsul va fi da. În acest caz, dacă respectivul copil își manifestă mânia verbal, vă oferă totodată o ocazie unică de a-l învăța și de a-l ajuta să mai urce o treaptă spre o exprimare mult mai matură a mâniei.

Oare înseamnă un efort prea mare — să ne simțim recunoscători când copilul își exprimă mânia? Și să ne stăpânim propria mânie? Sigur că nu este ușor. Dar este un exercițiu care vă va ajuta și pe voi să vă maturizați. Trebuie să nu uitați niciodată care este scopul, și anume să evitați suferințele și problemele de viitor ale copilului, ale familiei și ale voastre.

Toate acestea pot părea derutante. Totuși, faptul că îi permiteți copilului vostru să-și manifeste verbal mânia în momentele de supărare în legătură cu un anumit lucru vă va oferi o ocazie de a-l forma. Trebuie însă neapărat să vă controlați la rândul vostru atunci când copilul își exprimă mânia verbal.

Există copii care-și manifestă mânia foarte des și pentru motive neînsemnate. S-ar putea s-o facă pentru a-și manipula părinții și a obține câștig de cauză. Exprimarea verbală furioasă, motivată de dorința de a enerva și de a-i chinui pe alții, este nepotrivită și trebuie corectată. Părinții trebuie să trateze aceste vorbe asemeni oricărui comportament nedorit, așa cum am discutat în capitolul 4. Dar atunci când se face corecția trebuie să se pornească de la parametrii fundamentali ai educației: răbdare însoțită de fermitate.

Dacă respectivul copil își descarcă mânia aparent fără niciun motiv sau doar spre a vă manipula, atunci reacția voastră trebuie să fie ca în cazul oricărui comportament inacceptabil. Totuși, chiar dacă este vorba despre o descărcare inacceptabilă, trebuie aplicată disciplina adecvată,

fără a vă descărca la rândul vostru pe copil. Trebuie să rămâneți permanent amabili, dar fermi.

Educația eficientă pentru controlarea mâniei

Când copilul vostru se înfurie firesc și ocazional, este momentul cel mai propice pentru a-l forma în această direcție. Totuși, această pregătire nu poate avea loc până ce nu vă veți calma de ambele părți, restabilind un climat pozitiv. Pentru a fi eficientă, această formare trebuie să aibă loc cât mai curând după incidentul respectiv. Este necesar să faceți următoarele trei lucruri pentru a ajuta copilul să-și depășească mânia în mod pozitiv:

- Dați-i de înțeles că nu-l veți condamna pentru ceea ce face. Probabil că deja se simte vinovat, în special dacă este un copil care dorește să vă fie pe plac. Dacă îl veți dezaproba, s-ar putea să nu-și mai exprime niciodată mânia și nu veți mai reuși să-l ajutați să urce scara mâniei spre căi mai bune de abordare a neînțelegerilor. El trebuie să știe că îl acceptați ca om, cu sentimentele sale, și că sunteți curioși să aflați care sunt acestea. Trebuie să vă preocupe ce simte și când este fericit și când este trist sau furios, iar el trebuie să fie conștient de asta.
- Trebuie să vă concentrați asupra lucrurilor pe care le face bine. Manifestându-și verbal mânia, precis că a făcut totuși și ceva bine și a evitat alte lucruri mai rele. N-a mai dat în frățiorul lui și nici nu i-a tras un șut câinelui. V-a spus că e furios și chiar asta voiați să aflați.
- Ajutați-l să înțeleagă cum își poate exprima mânia în mod pozitiv data viitoare. Folosind mai degrabă cerințele și nu ordinele, el va ști că are o anumită răspundere pe care vă așteptați să și-o asume. Lucrurile acestea nu se vor întâmpla peste noapte, dar veți

vedea o îmbunătățire treptată spre scopul vostru pe măsură ce va urca scara mâniei spre maturitate.

Depășirea crizelor de mânie prin iertare

Fii un model de iertare

În viața de familie se întâmplă tot felul de lucruri care n-ar trebui să se întâmple și fiecare este uneori obligat să spună aceste cuvinte greu de pronunțat: „Îmi pare rău. Mă ierți?" Cum nici noi, părinții, nu suntem modele de perfecțiune uneori trebuie să cerem iertare — unul de la celălalt, de la prieteni, de la partenerii de afaceri și uneori și de la copiii noștri.

Copiii uneori se supără pentru că au impresia că am fost nedrepți cu ei. Da, există momente în care greșim față de copiii noștri și îi supărăm. Există și alte clipe în care considerăm că avem dreptate din punct de vedere al adultului, în vreme ce copiii consideră că greșim din perspectiva lor. Căci la urma urmelor, ei așa abordează lucrurile — din perspectiva vârstei lor. Dacă dorim să stabilim o relație progresivă cu copiii noștri, bazată pe afecțiune, indiferent că au 2 sau 20 de ani, trebuie să nu uităm felul în care privesc ei viața și pe ei înșiși. Atunci când îi jignim cu ceva, indiferent dacă este sau nu intenționat, trebuie să ne cerem scuze sau chiar și iertare.

O mamă pe care am cunoscut-o cândva a considerat că este foarte potrivit să le spună copiilor cât mai des: „Dacă fac sau rostesc lucruri care vă supără vă rog să-mi spuneți. Și nu peste un an, ci chiar în ziua respectivă sau a doua zi." Ea obișnuia să spună aceste lucruri încă de când erau copiii mici și le-a repetat-o și copiilor adulți, pentru că posibilitatea de neînțelegeri continuă să existe măcar din când în când. Ca adulți abordăm viața la mai multe niveluri decât copiii în creștere. Pe măsură ce încercăm să avem grijă de cât mai multe detalii ale vieții de zi cu zi, e

ușor să spunem sau să facem ceva ce poate fi interpretat ca lipsit de respect ori de afecțiune în raport cu sentimentele celorlalți.

Dacă un copil profită de invitația de a se descărca pe părinți de câte ori are ocazia, înseamnă că de fapt ceva nu este în regulă în dinamica personală a familiei respective. Dar dacă se întâmplă doar o dată sau de două ori pe an, părintele trebuie să considere aceasta ca un vot de încredere, copilul se simte liber să scoată la iveală o nemulțumire ca parte componentă a iubirii împărtășite în familie.

Cum zilnic ne confruntăm cu perspectiva copilului asupra vieții, s-ar putea să fie nevoie să ne cerem iertare — nu întotdeauna pentru actul în sine, ci pentru dovada de insensibilitate în raport cu sentimentele copilului. Sau putem profita de ocazie pentru a-i mai povesti câte ceva despre viață sau despre propriile noastre motivații pe care nu am apucat să le discutăm cu copilul. În orice caz, este un moment în care se poate face o apropiere.

Cum să-i înveți pe copii să ierte

Iertarea însoțește îndeaproape exprimarea mâniei. Ne învățăm copiii să ierte nu doar dându-le exemplu în familie, ci și prin felul în care reacționăm la neajunsurile din afara căminului și cum abordăm ideea de iertare creștină.

Iertarea are multe definiții, dar cea pe care o prefer este următoarea: iertarea înseamnă să renunțăm la revanșă, să fim hotărâți să uităm de durere, de supărare și de suferință. Unii spun că n-ar trebui să iertăm în cazul în care „făptașul" nu se căiește, dar așa ceva nu scrie în Sfânta Scriptură. Suntem învățați să ne iertăm așa cum suntem și noi iertați de șaptezeci de ori câte șapte (*Matei* 18, 22). De asemenea ni se mai spune să ne iertăm unul altuia precum și Dumnezeu ne-a iertat nouă, în Hristos (*Efeseni* 4, 32). Trebuie totuși să fim pregătiți să iertăm înainte de a putea să o facem din suflet. Dacă mai suntem încă mânioși sau

furioși, nu suntem gata să iertăm, iar încercarea noastră de a ierta va deveni astfel inutilă. Vom rămâne în aceeași stare de agitație.

O greșeală și nevoia de iertare nu sunt întotdeauna o chestiune personală între doi oameni. Există momente în viață când nu se poate reveni la normalitate până ce nu se găsește o soluție. Asta s-ar putea să presupună și implicarea altora din afară. Iisus ne-a vorbit despre asta în predicile sale, iar în *Matei* 18, 15–20 ni se spune cum putem să ne găsim tăria de a depăși chiar și o mare nedreptate ce ni s-a făcut.

Iertarea este o chestiune spirituală și trebuie tratată ca orice altă experiență de acest tip — cu ajutorul Domnului. Atunci când ne rugăm să învățăm să iertăm, Dumnezeu ne va ușura suferința, însă de obicei o va face încet și treptat. Când oamenilor li se face o mare nedreptate, poate dura până la trei ani până să fie în stare să ierte întru totul. Acest moment îl atingem atunci când ne putem gândi la persoana respectivă fără a ne mai trezi sentimente de răzbunare. Atunci suntem gata să iertăm și să ne descătușăm de aceste gânduri și sentimente negative care înconjurau persoana respectivă.

O asemenea iertare totală este o experiență de eliberare minunată și extrem de importantă pentru vindecare și pentru întreținerea unei vieți spirituale sănătoase.

Nu trebuie să-ți descarci mânia asupra copilului!

Cu cât rezolvați mai eficient mânia acasă, în familie — atât a voastră cât și a copilului — cu atât veți reuși mai bine ca ea să nu se extindă în afara căminului. Dacă nu veți reuși să vă formați copilul acasă, comportamentul său pasiv-agresiv se va generaliza în afara căminului și va duce la momente penibile și la probleme potențial periculoase. Cu siguranță că veți dori să rămână doar între pereții casei neajunsurile acestui comportament normal pasiv-agresiv.

Un subterfugiu important ar consta în refuzul vostru de a vă descărca nervii pe copil. O metodă care vă poate ajuta să preveniți acest obicei dezastruos este să vă promiteți asta în fiecare seară la culcare. Sau să scrieți într-un caiețel: „N-am să-mi descarc nervii pe copil în următoarele 24 de ore." În seara următoare scrieți același lucru tot în caiețel și puneți și data. De asemenea puteți consemna cum v-ați stăpânit mânia până atunci. Dacă ați scăpat hățurile și totuși v-ați descărcat pe copil, notați acest moment precum și împrejurările în care s-a întâmplat. Apoi faceți un plan simplu pentru a reacționa mai bine data viitoare. În final promiteți din nou că veți încerca să vă stăpâniți mai bine mânia data viitoare.

Cu toții avem nevoie de sprijinul bunului Dumnezeu din ceruri în privința acestui aspect foarte dificil. Rugăciunea este extrem de importantă pentru stăpânirea ideală a mâniei. S-ar putea să vă fie de ajutor să vă scrieți rugăciunile pentru a vă fi la îndemână atunci când vă aflați într-o stare mai puțin propice din punct de vedere spiritual și vă vine greu să vă rugați. N-ar fi rău să vă notați și câteva versete din Biblie, dintre cele care vă pot fi de folos în momentele grele. Bunului Dumnezeu din ceruri îi pasă de noi și ne va veni în ajutor atunci când ne bizuim întru totul pe El.

Dacă vă străduiți să deveniți niște părinți mai drăguți și mai puțin nervoși, copilul va observa și va fi foarte recunoscător pentru efortul pe care îl faceți. Iar voi veți ști că astfel vă aduceți contribuția la fericirea copilului și la felul în care va deveni productiv pentru tot restul vieții.

Întotdeauna încercați să nu uitați cel mai important lucru în formarea stăpânirii mâniei de către copil, și anume iubirea necondiționată față de el. Când copilul se simte sigur de iubirea voastră, el va reacționa pozitiv la încercarea de a-l forma și este mult mai probabil să vă atingeți scopul de a-l ajuta să se maturizeze emoțional înainte să ajungă în ultimii ani de adolescență.

7

MASS-MEDIA *VERSUS* PĂRINȚI

Să iubești pe Domnul Dumnezeul tău din toată inima ta, din tot sufletul tău, din tot cugetul tău și cu toată puterea ta.

Marcu 12, 30

Avem patru rețele de televiziune națională care transmit în zona în care locuim noi: ABC, NBC, CBS și Fox. Într-o zi, când tocmai voiam să urmăresc finala cupei la fotbal, nu știam pe ce post se transmite, așa încât am încercat pe toate patru până am găsit.

Pe primul canal am dat peste un cuplu care seducea alt cuplu pentru a face schimb de parteneri. Scârbit, am dat pe următorul unde doi homosexuali făceau „dragoste" pe șleau. Și mai scârbit, am mutat pe al treilea canal, unde am avut ocazia să văd o femeie terorizată cu o violență sadică incalificabilă. Pe cel de-al patrulea canal, am dat de meci. Și totuși, în timpul meciului, de câteva ori au fost reclame la bere care includeau mesaje sexuale provocatoare. Toate acestea se întâmplau într-un segment orar când copiii se uită la televizor.

Am început cu televiziunea, dar cu toții știm că există mai multe mijloace de informare de masă cu care ne confruntăm noi, părinții, inclusiv filmele, jocurile video, calculatoarele cu acces pe Internet, respectiv la site-urile pentru adulți și presa scrisă. Toți părinții sunt conștienți de pericolele potențiale și mulți sunt foarte nemulțumiți de ele. Și totuși, în majoritatea căminelor, televizorul merge mai multe ore pe zi și copiii între 2 și 3 ani se uită la televizor în medie câte 13 ore de luni până vineri.* Puterea, în special

---

* Studiu mass-media Nielsen, 1996, așa cum a apărut în *The World Almanac and Book of Facts* (*Almanahul universal și dicționarul evenimentelor 1998*), Mahwah, N.J., 1997, p. 259.

liderii politici, promit că vor ajuta într-un fel să existe un control asupra mass-media și totuși schimbările sunt foarte lente, studiourile de la Hollywood precum și canalele de televiziune opunându-se. Așa-numitul „V-cip", noul cip de calculator care poate fi introdus în televizor pentru a bloca emisiunile care presupun sex și violență, ar putea fi de oarecare ajutor. Însă faptul în sine, că părinții au nevoie de un asemenea filtru, dovedește cât de tare a scăpat hățurile televiziunea atunci când este vorba de programele obișnuite (televiziunea prin cablu este și mai puțin supusă legii). Criticii consideră că acest cip (V-cip) va fi o justificare pentru producători ca să creeze emisiuni și mai violente sau mai pornografice, pentru că se presupune că nu sunt văzute de copii niciodată. Ca urmare, ne putem aștepta la și mai multă violență și scene sexy la televizor. Evident că aceste cipuri nu sunt valabile decât pentru noile tipuri de aparate TV; milioane de televizoare deja existente nu oferă niciun fel de protecție pentru copii.

Rezultatul este că și cei mai buni părinți vor pierde această bătălie și mulți nici nu știu prea bine de ce. Distracțiile disponibile în prezent fac ca metodele de educație părintească din trecut să devină ineficiente, ba chiar o problemă în sine. Cum copiii sunt desensibilizați prin aceste mesaje dăunătoare ale mass-media și apoi ajung la vârsta comportamentului normal pasiv-agresiv, au mult mai multe resurse distructive la îndemână.

Peter Gibbon, cercetător asociat la Graduate School of Education a Universității Harvard, se plângea foarte tare că televiziunea nu oferă modele tinerilor. În schimb, zilnic, au tot felul de alternative nedorite.

> Ca părinți, trebuie să ne dăm seama că există pericole care pornesc tocmai de la prea multe alternative și prea puține posibilități de a-i ghida pe copii. Trebuie să nu uităm că binele lor depinde nu numai de cum îi hrănim, dacă îi ținem la soare sau dacă fac sport, de prietenie, muncă și iubire, ci și de *felul cum percep ei*

lumea. Subtil și profund, mass-media ajută la modelarea imaginii lor despre lume.

Mass-media are și o direcție liberală, dar cea de bază înclină spre știrile catastrofale. Accidentele, crimele, conflictele și scandalurile sunt interesante. Normalitatea e plicticoasă. Veștile proaste predominante și forța imaginii îi încurajează pe copii — și pe noi — să supraestimeze posibilitățile unui accident, riscurile unei boli, rata violenței, frecvența adulterelor... Într-o lume fără niciun fel de constrângeri, mass-media ne poate informa greșit. Ne poate face mai bănuitori, mai temători și mai cinici. Ne poate determina să ne pierdem încrederea în popor, să ne refuzăm trecutul, să ne îndoim de conducători și să încetăm să mai credem în progres.

În acest mediu planează pericolul anticlericalismului — prin care se sugerează că omul își este suficient sieși și nu mai are nevoie de Dumnezeu — precum și modernismul, o mișcare artistică și literară complexă care refuză valorile convenționale, formele sau structurile de acest tip.

În final, în această epocă a comunicării imediate în care nu prea mai rămâne timp de reflecție, de acuratețe, de echilibru sau integritate, mass-media creează impresia că pretutindeni există superficialitate, că nimic nu este sfânt, că nimeni nu este nobil și că nu există eroi de niciun fel.*

Televiziunea este doar un mijloc de comunicare de masă, dar unul foarte convingător. În 99% din căminele americane există cel puțin un televizor și 36% au câte trei televizoare.**

---

* Peter H. Gibbon, „The End of Admiration: The Media and the Loss of Heroes" („Sfârșitul admirației: mass-media și dispariția eroilor"), *Imprimis*, Hillsdale College, mai 1999, p. 2.

** Studiu mass-media Nielsen, *The World Almanac and Book of Fact* (*Almanahul universal și dicționarul evenimentelor 1998*), p. 260.

Televiziunea și celelalte mijloace de comunicare influențează o cultură într-o veșnică schimbare. Trebuie să-i învățăm pe cei dragi să facă față acestor mesaje dăunătoare. Categoric că avem nevoie de o nouă metodă de educație părintească. Miza este mult prea mare — nu este vorba doar de capacitatea copiilor noștri de a deveni niște persoane decente și sănătoase din punct de vedere mintal, ci pe măsură ce ajung la vârsta adultă, de însuși viitorul societății noastre.

Mesajele imorale din mass-media

Internetul

Deși internetul reprezintă o posibilitate extraordinară de deschidere spre lumea largă, el poate deveni și un mare pericol pentru copiii și adolescenții noștri. Părinții care țin la copiii lor nu trebuie să rămână nepăsători la felul în care cei mici utilizează Internetul. Aceasta este o chestiune suficient de gravă, așa încât părinții trebuie să se gândească foarte bine unde este cel mai bine să țină calculatoarele în casă. Majoritatea copiilor nu vor accesa site-urile obscene sau violente atunci când se află în aceeași încăpere cu membrii mai în vârstă din familie. De asemenea, dacă le oferi copiilor acces personal pe Internet, chiar dacă îl folosesc în mod pozitiv, acesta poate să stîrbească din timpul acordat familiei.

Din păcate mult prea mulți părinți sunt total neatenți în această privință și copiii ajung să vadă imagini pornografice, de o violență incalificabilă, precum și informații despre arme și bombe. Trebuie să ne protejăm și să ne călăuzim copiii mai ales în perioada de creștere. Toți părinții care au calculatoare trebuie să învețe cum să le folosească la fel de bine ca și copiii lor pentru a monitoriza ce se întâmplă în casa lor.

O altă zonă potențial periculoasă pe internet este cea a canalelor de *chat* (conversații prin mesaje în timp real de

la alți utilizatori ai internetului). Unele sunt supravegheate, altele nu. Într-o scrisoare adresată revistei *Good Housekeeping*, Sarah din Pennsylvania scria: „Am 16 ani, dar nu m-am aventurat niciodată pe unul dintre acele canale de *chat* [nesupravegheate] pentru adolescenți. Nu suport comentariile grosolane și gramatica jalnică folosită. Dar nu toate canalele de *chat* sunt la fel de rele. Eu intru pe un canal care nu tolerează blasfemia de niciun fel. Există întotdeauna un operator acolo care supraveghează și așa este mai sigur pentru copiii de orice vârstă."*

Sarah are dreptate. Un canal de *chat* trebuie să fie supravegheat și să aibă niște reguli bine stabilite și rezonabile. Dar chiar și așa nu se asigură protecția copilului împotriva unor mesaje pline de stări conflictuale și uneori imorale. Canale de *chat* nesupravegheate îi atrag în mod special pe anumiți adolescenți care au impresia că „merge orice" și asta face parte din perioada lor de maturizare. De exemplu, Katherine din Michigan scria la *Good Housekeeping*: „Am 17 ani și am intrat pe internet de la 11 ani. Am dat peste mulți băieți cam de 15 ani care vorbesc urât, dar același lucru se întâmplă și la școală sau oriunde în altă parte. Mult mai des însă mi s-a întâmplat să dau peste persoane foarte deschise la minte cu care am putut discuta subiecte de interes comun. Nu mă îndoiesc că adolescenții vorbesc pe șleau despre sex pe anumite canale de *chat* — dar la fel procedează și pe terenurile de joacă."**

Aspectul cel mai înspăimântător al faptului că adolescenții au acces pe internet este faptul că intră în contact cu adulți care profită de pe urma lor. Patricia, o mamă din West Coast, scria: „Când aveam acces la internet, fata noastră de 13 ani nu se dezlipea de calculator ore întregi. La început, ne-am gândit că ar putea câștiga o experiență

* „Readers Letters" (*Scrisorile cititorilor*), *Good Housekeeping*, februarie 1998, p. 18.

** *Ibid.*

de preț. După care au început necazurile. N-a mai vrut să intre pe *chat* decât după ce se închidea în cameră și ajunsese să-și facă prieteni prin intermediul *chat*-ului care aveau nume dintre cele mai dubioase cum ar fi Câinele Proxenet. Băieții care o caută la telefon refuză să-și dea adevăratul nume, iar alții închid de îndată ce aud vocea unui adult. Ceea ce ne-a speriat cel mai tare este faptul că fiica noastră și-a stabilit o întâlnire amoroasă cu o persoană cunoscută prin intermediul unui canal de *chat*, la noi acasă, în lipsa noastră."* Numărul adolescenților care intră pe *chat* și sunt solicitați de adulți pentru diverse întâlniri este în creștere, ca și rapoartele referitoare la tineri atrași la întâlniri de adulți necunoscuți care vin cu intenții egoiste și uneori chiar dăunătoare. Recent, o fată de 14 ani din Tennessee a corespondat cu un bărbat de 36 de ani din Nebraska pe un canal de *chat*. El susținea că ar avea doar 19 ani și a aranjat o întâlnire secretă. Când s-au văzut, el a răpit-o și a violat-o.**

Violența la televizor și pe video

Am remarcat nivelul tot mai mare de programe violente care a dus la apariția V-cipului, în efortul de a bloca emisiunile de acest tip. Conținutul programelor TV a devenit atât de pornografic încât la nivelul acestei industrii s-a adoptat începând cu 1997 un nou sistem de încadrare; în prezent emisiunile merg de la „Audiență generală" până la „Doar pentru adulți", în care mai sunt incluse și V de la violență, S de la sex, L de la limbaj vulgar și D de la dialog care conține termeni de natură sexuală.

Emisiunile TV influențează clar comportamentul copiilor noștri. Am ascultat odată o prezentare făcută de

---

* *Ibid.*

** Beenea A. Hyatt, „Man Charged in Solicitation of Teen Girl" („Un bărbat acuzat că a ademenit o adolescentă"), *Chattanooga Times*, 2 mai 1999.

dr. David Walsh, director executiv la Institutul Național pentru Mass-Media și Familie. Avea la el un studiu înregistrat pe video care prezenta niște copii care se uitau și reacționau la diverse emisiuni TV. În timpul prezentării sale, el a proiectat un videoclip cuprins în acest studiu. Un grup de copii de 4 și 5 ani se afla în fața unui televizor în timp ce părinții lor îi observau printr-o oglindă transparentă. Mai întâi, copiii s-au uitat la un desen animat cu Barney care dansa. După câteva minute copiii dansau și ei imitându-l pe Barney. Părinții au zâmbit foarte amuzați.

Apoi a apărut un episod din *Power Rangers* în care se foloseau mișcări de karate, lovituri de picioare și bătăi serioase între adversari. Foarte curând după aceea, toți copiii în afară de unul sau doi au început să se lovească serios între ei. O fetiță, care la început s-a retras, a intrat și ea curând în joc încercând să le facă rău colegilor. De data aceasta, părinții s-au șocat, nu numai din cauza comportamentului copiilor, dar și din pricina acestei demonstrații clare a efectelor violenței urmărite la televizor.

Această demonstrație a durat doar câteva minute. Imaginați-vă însă ce influență are violența asupra copiilor care se uită la asemenea emisiuni și casete în mod curent.

Sigur că gradul de violență și intensitatea sa la televizor și pe video este tot mai mare. Emisiunile TV, pentru a capta atenția copiilor, trebuie să depășească această sensibilitate a lor față de violență. Pe măsură ce copiii sunt desensibilizați, scenele trebuie să fie tot mai șocante și mai cumplite. Am activat opt ani în Marina Americană și am practicat medicina în cele mai primitive locuri din lume, având impresia că mai rău nu se poate. Cât am putut să greșesc! Cei care au fost desensibilizați însă nu-și dau seama de profunzimea depravării strecurate în viața lor de zi cu zi.

Multe dintre formele de violență prezentate la televizor reprezintă acte pe care puțini se gândesc să le comită vreodată. Și totuși fenomenul copiei la indigo dovedește

că aceste acte de barbarism de neconceput influențează comportamentul în societatea noastră până la cote alarmante. După ce s-au mediatizat excesiv cazurile de folosire a armelor în școli, de exemplu, vedeți și voi câte altele s-au petrecut printre colegi și câte planuri similare apar pe Internet.

Doar vizionarea unor asemenea acte de violență putea îndemna un copil să comită astfel de atrocități. Acest lucru s-a arătat și într-un studiu făcut în 1993 la Facultatea de Medicină a Universității Penn State, în care s-a demonstrat că există o relație între comportamentul agresiv și neascultător al copiilor și numărul de ore pe care le-au petrecut în fața televizorului. Cu cât copilul s-a uitat mai multe ore la televizor, cu atât el a devenit mai agresiv și mai impulsiv. Academia Americană a Medicilor Pediatri a arătat clar într-un studiu din 1990 că un program de 25 de ore de emisiune TV pe săptămână duce la un comportament tot mai agresiv, obezitate la copii, precum și tulburări ale somnului.* Culmea este faptul că majoritatea țărilor civilizate își protejează populația împotriva expunerii la influențele nocive ale violenței propagate în mass-media. Noi, americanii, însă n-o facem.

Jocurile video

Jocurile video axate pe violență nu numai că-i învață pe copii cum să ucidă asemeni soldaților, dar îi îndeamnă și să se bucure în asemenea momente. În fața unei adunări a Senatului a fost deschisă această problemă de către locotenent-colonelul David Grossman, un psiholog care a predat psihologia militară la Academia Militară Americană West Point. El a susținut că jocurile video au o influență mult mai mare decât filmele asupra tinerilor, pentru că îi învață pur și simplu să tragă cu arma. „Sunt adevărate

* *Ibid.*, p. 55.

simulatoare folosite și de forțele armate pentru pregătirea soldaților. Militarii nu cheltuiesc milioane pe aceste jocuri video doar așa, de amorul artei. O fac pentru că au un efect clar. De exemplu, jocul video *Doom* (*Sfârșitul lumii*) este considerat un excelent mijloc de pregătire tactică pentru cei de la Infanteria Marină."*

Asemeni televiziunii, jocurile video au fost nevoite să aibă un sistem de clasificare a utilizatorilor. Cele care conțin violență explicită au și mențiunea că sunt doar pentru „adolescenți" sau unele „doar pentru adulți". Categoria adolescenților (ceea ce ar însemna copiii de peste 13 ani) include jocuri care „pot conține violență, un limbaj mai mult sau mai puțin vulgar și/sau teme pornografice". În această categorie sunt incluse titluri cum ar fi *Body Harvest* (*Recolta de cadavre*) și *Deadly Arts* (*Arte ucigătoare*). În categoria „adulților" intră produse care „pot include scene mai intense de violență și un limbaj pe măsură, față de cele mai puțin grave din categoria adolescenților. În plus aceste titluri pot include și teme pornografice explicite"**. Jocuri video foarte populare cum ar fi *Duke Nukem* și *Doom* sunt pentru „adulți".

Cum majoritatea magazinelor de casete video nu închiriază jocuri „doar pentru adulți", mulți își aleg jocuri din celelalte două categorii și nu verifică întotdeauna vârsta copiilor. Părinții trebuie să fie foarte atenți la categorii și la descrierea jocului care apare pe supraambalaj și asta încă înainte ca tinerii să apuce să-l închirieze sau să-l cumpere.

---

* Susan Roth, *Army Psychologist Cites Video Games* (*Psiholog în probleme de armată citează cazul jocurilor video*), *Chattanooga Times*, 6 mai 1999.

** Categoriile sunt stabilite de Entertainment Software Rating Board. Pentru mai multe informații în legătură cu sistemul în care se stabilesc categoriile, vezi www.esrb.com. Pentru „ESRB Ghidul părintelui", vezi www.esrb.com/parent.html.

Filme, reviste și mesaje pornografice

Accentul exagerat pus pe sex, care a devenit de fapt o obsesie a sexului, are o influență extrem de negativă asupra copiilor. Imaginile și mesajele pornografice de obicei sunt imorale, iar sexul este prezentat întotdeauna ca o relație superficială, caraghioasă sau violentă, care nu implică grija sau responsabilitățile față de partenerul fizic. În mass-media relațiile sexuale de obicei se petrec între persoane necăsătorite, în mod obscen, imatur și iresponsabil.

Chiar dacă se presupune că adolescenții sub 17 ani nu au voie să intre la cinema fără părinți la filmele din categoria R (interzis sub 17 ani), sondajele făcute de ziarele locale au arătat, ca de altfel și ziarele naționale precum *USA Today*, cât de ușor este pentru copii să intre la un Multiplex unde casierii nu verifică vârsta spectatorilor — sau unde adolescenții curioși pot cumpăra un bilet la un film de Audiență Generală și să se strecoare într-o sală în care se prezintă un film interzis sub 17 ani. Între timp, atât televiziunea prin cablu cât și casetele video permit copiilor să se uite la tot felul de scene sexy.

În plus, sunt tot mai amănunțit descrise scenele dintre homosexuali în filme și la televizor. Deși homosexualitatea contravine categoric familiei și creștinismului, programele în care apar asemenea situații tind să prezinte lucrurile drept ceva care nu este grav, ba chiar ca pe ceva normal. Trebuie să ne întrebăm în ce fel afectează asta atitudinea copiilor în raport cu sentimentul de implicare trup și suflet și de sacrificiu la nivelul familiei.

Mai mult, așa-zisele reviste ușor pornografice — „soft-porn" cum ar fi *Playboy* sau *Penthouse* — consideră că este foarte normal să ofere câteva exemplare gratuite în perioadele lor de publicitate susținută. Aceste reviste împreună cu altele și mai porno se găsesc în orice magazin și adesea ajung pe mâna copiilor.

Până nu demult am fost consilierul lui Frank, un bărbat de 35 de ani, cu un profund sentiment al valorilor. Și totuși, acest adult foarte serios și cu suflet bun avea probleme de anxietate, depresie și mai ales în cadrul relațiilor cu sexul opus. Am descoperit că un alt mare neajuns pentru Frank era sentimentul de vinovăție care pornea de la faptul că din primii ani de adolescență avusese acces la informații pornografice explicite. Acest lucru se petrecuse în casa prietenului său Jack, a cărui mamă le dădea băieților reviste porno și care se uita cu ei la filmele de pe canalele porno cu plată. Părinții lui Frank nu știau ce se întâmplă și probabil că ar fi luat măsuri dacă el le-ar fi spus.

Povestea lui nu este una singulară. Mi-a trebuit foarte multă vreme ca să-l pot ajuta pe Frank, dar în final și-a revenit din această stare distrugătoare. El a înțeles că este un fals sentiment de vinovăție care îl împiedică să aibă niște relații normale cu femeile. A început să aibă și el niște iubite și în final s-a căsătorit. În prezent Frank și soția sa Alice au o familie minunată și se înțeleg bine într-o relație de prietenie trainică și cu alte cupluri.

Accesul la pornografie duce la un sentiment de ratare. Puritatea sexuală este un bun de preț pe care e bine să-l păstrăm atât în cazul copiilor noștri cât și în al nostru. Da, iertarea Părintelui nostru ceresc ne va „curăța de toate păcatele" (*I Ioan* 1, 9), dar oare n-ar fi fost mai bine să ne apărăm copilul de la început?

Mesaje dăunătoare în privința integrității

Când vă uitați cu copilul la televizor, gândiți-vă și ce anume are el de învățat în privința integrității sale morale. Nu uitați de cele trei elemente ale integrității care sunt: să spui adevărul, să-ți respecți promisiunile și să-ți asumi răspunderea comportamentului. Multe comedii de situație de la televizor își bat joc de integritate, ridiculizează adevărul și adesea aduc osanale persoanelor care mint. Veți auzi

deseori expresia „Promit solemn" spusă prin serialele de comedie atunci când personajele promit lucruri pe care nu pot sau nu au intenția să le facă.

Cel mai grăitor exemplu de promisiuni încălcate la televizor este cel referitor la jurămintele matrimoniale. Căsnicia este adesea prezentată drept ceva negativ, restrictiv și care te împiedică să fii fericit. Ca urmare, mulți copii cred că mariajul este ceva depășit, atitudine ce încurajează sexul înainte de căsătorie și în afara căsătoriei, ceea ce de altfel și apare pe ecran. Oare de câte scene de acest gen are nevoie un copil ca să tragă concluzia că sexul de o noapte este ceva normal?

Printre cele mai populare seriale TV pentru copii se află *Familia Simpson* și cel accesibil doar la televiziunea prin cablu, *Beavis și Butthead*. Ambele arată o totală lipsă de respect față de autoritate, descriind părinții și alte persoane cu autoritate ca fiind niște tâmpiți, niște incompetenți, niște caraghioși care merită să fie tratați violent. Alte emisiuni oferă aceste teme cu o nuanță ceva mai moderată, dar mesajul final este același. Prin ceea ce văd în mass-media, copiii sunt puternic influențați în atitudinile lor față de ce e bine și ce e rău, precum și față de valori cum ar fi familia și chestiunile spirituale. Cum ar putea supraviețui societatea noastră când copiii sunt învățați să fie exact invers decât am vrea noi? Și aș adăuga, sunt formați astfel, pentru că părinții lor acceptă pasivi situația.

Există totuși și câteva excepții, seriale cum ar fi *Touched by an Angel* (*Atingerea îngerilor*) sau *Promised Land* (*Pământul făgăduinței*) care includ rugăciuni, credința într-un Dumnezeu bun, drept și iubitor, precum și persoane care sunt mereu în căutarea Lui. Dar ar trebui să renunțăm la atâtea altele ca să ajungem la doar cele câteva seriale bune.

Propaganda din filme

Scenaristul Coleman Luck spune că Hollywoodul și creștinii evanghelici nu se prea înțeleg. El susține că evanghelicii consideră că Hollywoodul este motivat doar de bani. Sigur, banii contează, dar există și mulți producători și actori care participă la actul creației datorită convingerilor și dorințelor lor de a transmite un mesaj-cheie. Ei cred pătimaș în filmele lor, dar înțeleg greșit și reprezintă greșit creștinismul.

> Singurul mod în care Hollywoodul înțelege creștinismul se referă exclusiv la catolicism și la ideologia conservatoare de dreapta, îmbrăcată într-o terminologie religioasă... Hollywoodul se face vinovat de aceste clișee urâte și ieftine pe care și le-au însușit oamenii despre credință. Dacă ar încerca să utilizeze aceleași clișee și în privința orientării sexuale, a diferențelor dintre sexe sau rase, atunci ar fi aspru criticați pe bună dreptate.*

Filmele transmit niște mesaje clare dintre care o parte sunt importante atunci când este vorba despre teme cum ar fi rasismul (*În arșița nopții, Lista lui Schindler*), inutilitatea războiului (*Salvați soldatul Ryan*) și în rare ocazii credința (*Carele de foc*). Cel mai adesea însă ele presupun o propagandă anticreștină și antifamilie. Succesul de casă arată că filmele normale aduc mai mulți bani decât cele care forțează nota în privința relațiilor sexuale și a violenței. Luck are dreptate în anumite privințe când vorbește despre convingerile și clișeele creatorilor de film. Dacă ar fi motivați doar de bani, oare nu cumva creatorii ar face filme care aduc cel mai mare câștig? E aproape evident că asemenea

* Mary Cagney, *Why Hollywood Doesn't Like You* (*De ce Hollywoodul nu vă simpatizează*), *Christianity Today*, 10 august 1998, p. 64.

oameni atât de talentați își aduc contribuția în modelarea angrenajului social, scoțând în evidență o societate pe care creștinii o consideră periculoasă în special pentru copii.

Impasul părinților

În multe case, televizorul are o poziție predominantă chiar când nu se uită nimeni, în sensul că reprezintă un fel de zgomot de fond. În două treimi dintre case, televizorul este deschis cel puțin în timpul uneia dintre mese. Copiii crescuți într-un asemenea mediu pot deveni dependenți de sunetul televizorului astfel încât nu se mai simt în largul lor atunci când este prea multă liniște în jur. Acest lucru are un impact nu numai asupra dezvoltării lor interioare, ci și asupra comportamentului lor în locuri unde ar trebui să fie potoliți, cum ar fi la școală sau la biserică.

Comparativ cu orele pe care le petrec uitându-se la televizor, copiilor le mai rămâne puțin timp pe care să și-l ocupe cu lucrurile cu adevărat importante în viață. Copilul de vârstă școlară, de exemplu, petrece săptămânal în medie o jumătate de oră cu tatăl său, două ore și jumătate cu mama sa, cinci ore făcându-și lecțiile și aproape o jumătate de oră făcând o lectură în afara programului școlar.* Comparați toate acestea cu cele 13 ore săptămânale de privit la televizor.

Noi, părinții, permitem aceste numeroase ore de privit la televizor din mai multe motive, dar rareori ne gândim la forța televiziunii. Căci televizorul poate să acapareze gândurile și faptele copiilor tot așa cum le mănâncă și timpul. În vreme ce majoritatea copiilor se concentrează greu când e vorba de ceva important cum ar fi studiatul, cititul sau învățatul sub supravegherea unui profesor, pă-

* David Walsh, *Selling Out America's Children* (*Trădarea copiilor americani*), Minneapolis: Fairview, 1994, p. 28.

rinte sau preot, aceiași copii sunt total absorbiți de programele TV. Să fie oare deja dependență? Eu cred că da. Când copiilor care se uită frecvent la televizor li se interzice s-o mai facă, adesea își manifestă acel simptom al izolării. Devin neliniștiți, agitați, furioși, frustrați și necomunicativi. După un timp fără televizor, ei își revin treptat, recăpătându-și echilibrul și capacitatea de a reacționa normal la stres.

Mulți părinți nu sunt destul de atenți la tehnologia sau conținutul mass-media de astăzi, dar copiii lor sunt foarte pricepuți în ambele privințe. Este momentul ca acești părinți să facă un efort să-și ajungă din urmă copiii și să afle cum stau lucrurile. Societatea noastră nu lasă loc de complezență pentru ceea ce se întâmplă în mintea, în sufletul și în sistemul nervos al copiilor.

De asemenea, mulți părinți nu reușesc să descopere ce se întâmplă la nivelul conștiinței copiilor lor și ce anume se întrevede în comportamentul și atitudinile lor. Părinții nu dau destulă atenție lucrurilor în care se implică copiii lor, lăsându-i să-și hotărască singuri soarta. Ulterior apar problemele. Unii părinți se întreabă ce s-a întâmplat. Dacă acești părinți și-ar găsi răgazul să facă o comparație între timpul pe care îl petrec cu copiii lor și timpul în care copiii sunt lăsați pradă mass-media, mulți părinți ar constata că se află pe ultimul loc.

Ce am putea face noi, ca părinți?

Având în vedere influența atotprezentă a mass-media și această cultură mereu în schimbare, avem nevoie de o metodă activă și foarte energică de educație. Aceasta înseamnă o metodă proactivă și nu una reactivă. Îi putem forma pe cei dragi astfel încât să se adapteze mesajelor dăunătoare și corupătoare care îi înconjoară. Miza este mult prea mare, așa încât nu putem rămâne pasivi.

Scopul nostru final ca părinți este să ne creștem atent, să ne formăm și să ne protejăm copiii. Nu uitați că toate eforturile noastre de a-i forma și a-i proteja pe copii împotriva formelor dăunătoare de amuzament vor fi inutile dacă nu îi tratăm cu destulă afecțiune. Rezervorul emoțional al copilului trebuie să rămână mereu plin cu iubire necondiționată dacă vrem să obținem un rezultat pozitiv al eforturilor noastre. Apoi trebuie să deținem și controlul asupra accesului copilului la influențele din afară tocmai pentru a-l pregăti mai bine. În final, trebuie să-l protejăm de mesajele nocive venite din partea acestei societăți care este clar împotriva părinților și a copiilor.

Folosirea mass-mediei în sens pozitiv

Totuși, nu trebuie să renunțăm la toate mijloacele moderne de comunicare de masă. În schimb, le putem folosi pentru a ne ajuta să transmitem mesaje importante copiilor noștri. Mai întâi, *putem folosi mass-media ca pe o modalitate de a ne forma copilul în așa fel încât să poată aborda toate fațetele complexe ale societății.* Atitudinea noastră față de tehnologie trebuie să fie una neutră. Lăudați programele pozitive și instructive; ajutați copilul să le evalueze pe cele care nu sunt așa. Vrem să ne formăm copiii astfel încât să utilizeze televiziunea în avantajul lor. Tot așa putem închiria casete video cu filme ce conțin teme general valabile și de calitate, utilizându-le ca bază de discuție asupra valorilor reale — sau asupra celor greșite — portretizate de personajele respective. Tot așa, internetul poate deveni o fereastră spre o lume mai largă a informației pentru copiii noștri, ajutându-i să detecteze adevărul — și greșeala — în egală măsură.

În al doilea rând, *noi, părinții, trebuie să facem tot ce ne stă în putință pentru a împiedica desensibilizarea copiilor noștri în fața acestor mesaje dăunătoare ori a influenței altor persoane din societatea înconjurătoare.* Putem obține acest lucru urmărind

atent influențele cărora se lasă pradă. Asta presupune supravegherea filmelor pe care vor să le vadă precum și a emisiunilor pe care vor să le urmărească.

Consider că este o greșeală să interzici copiilor să se uite la televizor sau să înțeleagă alte forme de comunicare de masă. Un motiv pentru aceasta este că aproape toate căminele americane dețin televizoare și copiii sunt firesc atrași de ele. Atunci când le interzicem copiilor să se uite la televizor la noi acasă vor fi tentați să se uite în casele prietenilor. Mai mult ca sigur că astfel își vor forma părerea că la ei acasă lipsește ceva sau că este mai puțin agreabil. Când ajung la acei ani de comportament normal pasiv-agresiv vor fi tentați să folosească televizorul (în casa altcuiva sau la voi acasă) ca pe o modalitate de a-și exprima aceste tendințe pasiv-agresive.

Mi-am dat seama că unii părinți au rezolvat problema prin școala la domiciliu sau prin reducerea accesului la mass-media. Acest lucru previne desensibilizarea copilului, în schimb nu-l învață să se adapteze ubicuității televiziunii, internetului sau muzicii din ziua de azi. (Vezi capitolul 11 pentru un ghid de utilizare a internetului de către copii.) Copilul trebuie protejat de ceea ce îi dăunează și format astfel încât să evalueze și să se autoprotejeze și în lipsa părinților.

Dacă copiii voștri merg la cinema sau la alte distracții în afara căminului ar fi mai bine ca acești copii să se uite la televizor cam tot atâtea ore ca voi. Nu uitați să supravegheați atent categoriile de filme. Copiii nu trebuie să vadă filme interzise sub 18 ani măcar pentru faptul că aceasta înseamnă o încălcare a legii. În plus, multe filme interzise sub 13 ani fără acordul părinților sau cele cu acordul părinților sunt destul de dubioase. V-aș recomanda să citiți întâi cronicile de film apărute în ziarul local pentru a ști despre ce e vorba în filmele cele mai populare și pentru a le recomanda copiilor ce să vadă. S-ar putea să ajungeți la

concluzia că nu este cazul să meargă la un film chiar dacă el intră în categoria „Cu acordul părinților". Într-un asemenea caz trebuie să vă motivați însă hotărârea. De exemplu: „Sunt prea multe scene în pielea goală"; sau „Din cronică este clar faptul că există multă violență și blasfemie în acest film și nu aș vrea să te obișnuiești cu asemenea cuvinte sau scene." Vorbiți-le copiilor despre film explicându-le de ce nu trebuie să-l vadă. Atunci când încep să iasă cu prietenii în oraș trebuie să știți exact unde merg, cu cine, ce vor vedea sau ce vor face.

În al treilea rând, *trebuie să le oferim diverse forme de distracție benefică acasă*. Prin distracții benefice înțeleg forme active de implicare a copilului și a fraților săi sau a prietenilor săi. Nu mă refer la forme pasive cum ar fi uitatul la televizor, la casete video sau jocurile pe calculator. Mai ales la vârsta adolescenței, dorim ca și copiii noștri *să vrea* să stea acasă. Așadar trebuie să faceți astfel încât casa voastră să devină locul preferat pentru copiii voștri și pentru prietenii lor.

Când copiii sunt acasă, știți ce fac și astfel vă aflați în situația de a putea interveni sau stabili niște legături și mai strânse cu ei. Când sunt la prieteni, pierdeți acest avantaj și deci și controlul.

Trebuie să aveți la dispoziție o multitudine de activități pentru copiii voștri și prietenii lor. Găsiți-vă timp să participați în mod direct.

Când fiul nostru David s-a dus la balul de absolvire, a primit împreună cu colegii săi niște chestionare în care erau întrebați ce-și amintesc de pe vremea liceului. Una dintre întrebări se referea la locul preferat de distracție. Casa noastră se afla a doua pe listă, imediat după un local foarte popular unde se putea mânca. Deci eforturile noastre meritaseră. Important este că am reușit să-i cunoaștem pe prietenii copiilor noștri suficient de bine și chiar ne-am

apropiat de cei mai mulți dintre ei. Cu o mare parte dintre ei păstrăm încă legătura.

În al patrulea rând, *trebuie ca televizorul să devină ceva mai puțin important în casele noastre.* Modul în care este abordată problema televizorului constă și în aparatul cât mai adecvat — dar nu numai. Trebuie să fie color, dar nu prea mare. În al doilea rând trebuie pus într-un loc nu foarte important din casă astfel încât să fie destul de incomod de urmărit. Nu puneți niciodată un televizor în dormitor. Nu uitați, cel mai bun profesor este puterea exemplului. Dacă stați în pat și vă uitați la televizor dați un exemplu foarte prost.

Copilul trebuie să vadă că vă uitați la televizor cu un scop precis și doar în anumite situații și că asta nu intră în rutina de zi cu zi. De exemplu, cele mai multe știri se pot afla din ziare, și nu de la televizor. Astfel îi învățați pe copii să folosească televizorul la minimum și să aleagă ca alternativă cititul pentru a se pune la curent.

Sugestii pentru utilizarea înțeleaptă a televizorului

În majoritatea căminelor, televizorul rămâne distracția cea mai la îndemână. Presupunând că aveți televizor și îl deschideți zilnic, iată câteva sugestii pentru a-l utiliza cât mai bine.

- Fixați un termen-limită de uitat la televizor. Unii părinți înțelepți permit o jumătate de oră pe zi. Eu v-aș recomanda să limitați uitatul la televizor între 10 și 90 de minute pe zi.
- Analizați ghidul TV și hotărâți ce anume se potrivește copiilor voștri. Dintre programele adecvate lăsați-i pe copii să le aleagă pe cele pe care vor să le vadă între limitele de timp deja stabilite.

- Interziceți uitatul la televizor înainte de a merge la școală (altfel o să vă încetinească ritmul atât vouă cât și copiilor) sau după școală, până ce nu sunt toate temele gata făcute.
- Nu deschideți televizorul când sunteți la masă.
- Respectați programul pe care l-ați decis inițial. Nu cedați, nu faceți excepții doar pentru ca să aveți liniște cu copiii sau să nu vă încurce.
- Evitați să utilizați televizorul ca împăciuitor sau ca pe o dădacă mai ieftină.
- Găsiți și alte forme de distracție. Trebuie să vă implicați în activitatea copiilor voștri până ce vor fi în stare să se distreze singuri, dar nu apelând la televizor, ci la sport, citit, CD-uri și radio. Asta va reprezenta un efort din partea voastră, dar răsplata este enormă.
- Aveți la îndemână întotdeauna niște filme bune pe video sau niște emisiuni înregistrate pentru momentele în care e nevoie de o distracție rapidă în familie.
- Uitați-vă la televizor împreună cu copiii. În timpul și după programele TV puteți să discutați și să comentați ideile și reacțiile. Astfel veți putea profita de ocazie să-i mai învățați câte ceva pe măsură ce stați de vorbă, explicându-le ce este important și ce anume se cade, ce vine în sprijinul valorilor familiei voastre, ce anume susține sau contravine credinței creștine etc.

Implicarea permanentă

Dacă deja a ajuns un obicei să împărtășiți orice experiență media cu copilul vostru, veți constata că va pune mai multe întrebări pe măsură ce se va maturiza. O parte dintre aceste întrebări vor fi despre alte forme de mass-media care nu vi se par potrivite pentru familia voastră. În acest moment, dacă v-ați făcut bine datoria, i-ați format cu afecțiune și i-ați protejat cum se cuvine,

puteți hotărâ să-i lăsați să se uite și la un program TV mai dubios — dar cu voi alături. Cum ați avut grijă să nu fie desensibilizați prin acest tip de distracție în trecut, această nouă experiență va avea efectul dorit. Nu se vor simți în largul lor și probabil că-l vor respinge dezgustați.

De asemenea, veți avea ocazia să discutați despre asta și să vă împărtășiți sentimentele și gândurile. Acest tip de discuție probabil că va presupune și stabilirea unor legături de idei referitoare la prietenii care au fost desensibilizați din cauza acestor forme de distracție ce li se păruseră inofensive.

Numeroasele mijloace de comunicare disponibile în secolul XXI pot fi palpitante și pozitive dacă sunt utilizate doar astfel. Dar trebuie să vă asigurați că nu există persoane lipsite de scrupule care să profite de copii sau de adolescenți. Asta înseamnă o implicare permanentă în ceea ce se întâmplă atât acasă cât și în afara casei, în lumea televiziunii, Internetului și a filmelor.

Sau cum spunea David Walsh de la Institutul Național pentru Mass-Media și Familie: „Mijloacele de comunicare de masă sunt mai puternice decât ne dăm noi seama și dacă părinții sunt direct răspunzători de grija pe care trebuie să le-o poarte copiilor, atunci definirea acestei *griji* trebuie să țină pasul cu lumea într-o veșnică schimbare a mijloacelor de comunicare de masă."*

Ca părinți putem ține pasul cu permanentele schimbări, rămânând în comunicare directă tot timpul. De asemenea, putem supraveghea obiceiurile copiilor noștri în privința televizorului și calculatorului participând direct în asemenea momente. Atunci când le împărtășim aceste experiențe, vom avea mai multe șanse de a le rămâne aproape copiilor și după ce cresc mari.

---

* David Walsh, *Computer Violence: Are Your Kids at Risk?* (*Violența pe calculator: oare copiii voștri sunt în primejdie?*), *Readers Digest*, ianuarie 1999, p. 4.

8

PREGĂTIREA SPIRITUALĂ A COPILULUI

Scopul absolut pentru care am fost creați constă în faptul că fiecare trebuie să-l învețe pe celălalt despre bunul Dumnezeu, ce este El prin ființa Sa, care este voia Sa și ce anume așteaptă El de la noi.

MARTIN LUTHER

Pat și cu mine tocmai stăteam în primul rând la biserică și ne uitam cum se căsătorește băiatul nostru cel mic Dale cu Kisha. Cum priveam eu așa, nu mai conteneam să-i mulțumesc Domnului. Mi-am amintit de toate momentele în care am stat și am discutat cu Dale adevărurile spirituale, în multele ocazii pe care le-am avut să-l învăț despre bunătatea Domnului. Mă minunam de maturitatea de care dădeau dovadă atât Dale cât și Kisha.

Dumnezeu mi-a dăruit multe momente neprețuite prin care l-am putut ajuta pe Dale să se dezvolte din toate punctele de vedere de-a lungul anilor și să pună bazele unei trainice legături cu Dumnezeu. Asta a însemnat atât de mult pentru mine, mai cu seamă în acea zi în care l-am văzut pe Dale că-și unește destinul cu o femeie minunată într-o adevărată ceremonie creștină. *Doamne, cum aș putea să-ți mulțumesc îndeajuns?* mă gândeam eu. *Ești atât de bun!*

Ca părinți creștini precis că și voi doriți același lucru pentru copiii voștri, să urmeze aceeași credință, așa cum am dorit Pat și cu mine. Vreți să se spovedească în numele Domnului Iisus Hristos și să se formeze urmând învățăturile tale în tot ceea ce înseamnă viață. Pentru ca lucrurile să se petreacă așa, este firesc ca educația de acasă să se prelungească și în afara ei astfel încât copiii voștri să se identifice și să aibă niște legături cât mai strânse cu voi, ca părinți, simțindu-se profund iubiți și acceptați.

„Și totuși cunosc oameni care provin din familii de-a dreptul nefericite și care au devenit buni creștini", s-ar putea să-mi spuneți. „Unii s-au transformat astfel după o îndelungată răzvrătire sau chiar mânie împotriva părinților." Da, așa e, și îi putem mulțumi lui Dumnezeu în grația Sa divină, căci, dacă ar depinde totul doar de faptele părinților, mulți dintre noi am fi pierduți pentru totdeauna. Cei care devin credincioși, deși părinții lor nu sunt, s-au străduit mult să-și depășească diverse stări conflictuale și să uite de multe întâmplări din copilărie. Acest lucru este valabil mai ales în casele aparent creștine, dar care nu cred cu adevărat în Dumnezeu.

Sunt convins că nu vă doriți asemenea conflicte interioare pentru copiii voștri. De aceea trebuie să aveți grijă ca în permanență să existe o legătură foarte puternică în familie. Fără ea copiii vor avea o reacție negativă la orice încercare a părinților de a le călăuzi pașii, în special pe cale spirituală, ajungându-se la resentimente și ostilitate.

De unde începe formarea spirituală?

Emoționalul și spiritualul nu sunt entități diferite, ci sunt legate între ele, depinzând una de cealaltă. Părinții care vor să-și călăuzească copiii din punct de vedere spiritual vor fi nevoiți să se preocupe de ei mai întâi la nivel emoțional. Această grijă începe încă de cum se naște copilul — ba chiar dinainte, în privința sănătății mamei și a echilibrului său emoțional. Felul în care vă „alimentați" copilul din punct de vedere emoțional are un impact enorm asupra prosperității sale ulterioare.

Rolul important al experiențelor personale

Un rol important în dezvoltarea emoțională a copilului — precum și în cea intelectuală — îl constituie experiențele cu care se confruntă, indiferent că este vorba de unele

pozitive sau negative. De fapt, factorul cel mai important care determină cum sunt conectați neuronii în creierul copilului depinde de experiențele prin care trece acesta. Copilul se naște cu peste 100 de miliarde de neuroni (de celule nervoase) în creier, în mare cam același număr cu stelele din Calea Lactee. Conform unor studii medicale, nu toți acești neuroni sunt conectați încă de la naștere. Pe parcurs însă ei se conectează treptat.

Această rețea de neuroni se formează în funcție de experiențele la care este supus copilul. Asta înseamnă că mediul pe care voi îl controlați în mod special determină formarea și dezvoltarea creierului său. (Factorii genetici influențează și ei o parte dintre aceste conexiuni.) Acum nu discutăm despre ceva intangibil, ci despre structura fizică a creierului copilului vostru. Neurobiologul Carla Shatz de la Universitatea Berkeley din California afirmă că la naștere „creierul nu face altceva decât să stabilească anumite circuite necesare pentru văz, vorbire și celelalte". Experiențele senzoriale ale copilului pornesc de la acest tipar inițial pe care îl rafinează pe parcurs.

În primul an de viață, se produc fenomenal de multe conexiuni între neuroni. Creierul elimină totodată conexiunile sau sinapsele mai puțin folosite. Când copilul ajunge pe la 10 ani, excesul de neuroni este eliminat treptat, rămânând doar creierul sau mintea cu tiparele sale emoționale și de gândire unice.*

Dacă mintea copilului este lipsită de un mediu care s-o stimuleze, ea are de suferit. Cercetătorii de la Facultatea de Medicină Baylor din Houston au descoperit că acei copii care nu se joacă prea mult sau care sunt rareori mângâiați își dezvoltă creierul cu 20 până la 30% mai puțin decât ar fi normal la vârsta respectivă. „Pe la 3 ani, copilul neglijat sau maltratat deja are urme care, chiar

* J. Madeleine Nash, *Fertile Minds* (*Minți fertile*), Studiu special *Time*, 3 februarie 1997, p. 49.

dacă nu sunt de nesters, sunt totuși extrem de greu de îndepărtat."*

Neurobiologii acceptă acum ideea că de fapt copiii nu vin pe lume fără nimic în minte și nici nu sunt programați automat din punct de vedere genetic. *Viitorul lor depinde în mare măsură de experiențele cu care vor fi confruntați și de felul în care vor fi tratați.* Primele circuite din creier se formează și stau la baza determinării emoțiilor. „Cam de la două luni, nemulțumirile și senzațiile plăcute pe care le au nou-născuții încep să evolueze în sentimente mai complexe de bucurie și tristețe, dorință și empatie, mândrie și rușine."** Îngrijirea atentă și iubirea reprezintă exact stimulii emoționali de care au nevoie pentru dezvoltarea creierului. În schimb neglijarea copilului poate duce la anumite tipare care se adâncesc și care îndepărtează sentimentul de fericire, producând neliniște și un stres anormal.

Bruce Perry, doctor la Facultatea de Medicină Baylor, pledează pentru ideea că rolul jucat de părinți în stabilirea circuitelor neurale determină în mare măsură felul în care copilul își reglează reacția la stres. De exemplu, copiii care sunt maltratați fizic încă de la vârste foarte fragede își formează creierul astfel încât devine extrem de sensibil la pericol. La cea mai mică amenințare crește ritmul cardiac, se activează hormonii stresului și creierul detectează indicii nonverbale care ar putea semnala un posibil atac imediat. Cum creierul se dezvoltă pe faze, secvențial, având mai multe structuri primitive care-și stabilizează mai întâi conexiunile, o maltratare la vârste fragede este extrem de nocivă.***

În cartea sa *Inteligența emoțională*, Daniel Goleman scrie despre memoria emotivă și referirile la experiențele

* *Ibid.*, p. 51.
** *Ibid.*, p. 53.
*** *Ibid.*, p. 55.

primare, cum ar fi maltratările fizice sau lipsa de afecțiune „care devin tipare dure și fără cuvinte ale vieții emoționale". El mai adaugă:

> Pentru că aceste prime amintiri emoționale se fixează înainte ca respectivii copii să aibă cuvinte pentru experiența lor, atunci când aceste amintiri emoționale sunt declanșate ulterior în viață, nu mai există o potrivire cu gândirea articulată în ceea ce privește reacția care ne cuprinde. Unul dintre motivele pentru care putem fi înșelați de ieșirile noastre emoționale este faptul că ele datează adesea dintr-o perioadă timpurie a existenței noastre, când lucrurile erau neclare și nu aveam încă vocabularul necesar pentru a înțelege evenimentele petrecute. Putem avea un sentiment haotic dar nu și cuvinte pentru amintirile care l-au creat.*

Creierul tânărului adolescent

Creierul își continuă dezvoltarea rapidă până pe la vârsta de 10 ani. Este important ca părinții să înțeleagă că mintea copilului își stabilește conexiunile de-a lungul mai multor ani. Altfel „cad mult prea adesea în capcana de a pretinde copiilor un grad de maturitate mult peste vârsta lor, uitând că fiecare emoție își are propriul ei moment de apariție, programat dinainte în dezvoltarea copilului".** Odată pornit spre vârsta pubertății, creierul ajunge la ceea ce Goleman numește faza „de reducere", și anume „creierul practic pierde acele conexiuni neurale care sunt mai puțin folosite și formează conexiuni puternice în

* Daniel Goleman, *Inteligența emoțională*, București, Curtea Veche Publishing, 2001, p. 38.

** *Ibid.*, pp 328–329.

circuitele sinaptice cele mai folosite... Experiența, mai ales cea din copilărie, modelează creierul".*

Până în ultimul deceniu al secolului XX, mulți savanți au fost convinși că de fapt creierul este deja complet dezvoltat până la pubertate. Eu n-am fost niciodată de această părere și în *How to Really Love Tour Teenager* (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat adolescentul*) am susținut că adolescenții sunt mai degrabă copii decât adulți. În prezent și alți cercetători au ajuns la aceeași concluzie. În *U.S. News & World Report* s-a scris despre circuitul neural al creierului și despre faptul că el nu se formează total decât la sfârșitul adolescenței sau chiar după 20 de ani.

> Într-adevăr, creierul unui adolescent este mai degrabă asemănător cu creierul unui copil decât cu al unui adult. Încă se formează legături neurale care afectează nu numai partea emoțională, ci și capacitățile fizice și mentale... Datorită acestor legături neurale care încă se dezvoltă, adolescentul este foarte vulnerabil: depresiile la vârsta adolescenței pot stabili circuite la nivelul creierului care vor face ca boala să fie mult mai greu de tratat ulterior în viață.**

Reducerea conexiunilor din creier, care începe cam pe la 12 ani, este „un fel de sistem de tipul «organul nefolosit se atrofiază» pentru a permite creierului să dezvolte doar neuronii și sinapsele cu adevărat utile... Până ce cortexul lobului frontal nu și-a redus conexiunile, majoritatea adolescenților nu dețin încă toată forța mintală de care au nevoie pentru a face judecăți corecte".***

---

* *Ibid.*, p. 272.

** Shannon Brownlee, *Inside the Teen Brain* (*Ce este în creierul adolescentului*), *U.S. News & World Report*, 9 august 1999, pp. 46–47.

*** *Ibid.*, p. 48.

William Greenough de la Universitatea din Illinois susține că această perioadă de reducere a conexiunilor „este de fapt o supraproducție de conexiuni sinaptice urmată de pierderea lor, ceea ce conduce la formarea unor tipare la nivelul creierului. Potențialul genialității poate exista codat în gene, dar dacă acest potențial se manifestă printr-un talent pentru matematică, să spunem, sau printr-o strălucită minte criminală depinde doar de tiparele determinate de experiența trăită în această perioadă critică a adolescenței timpurii".*

> Una dintre fazele finale de dezvoltare a creierului adult este învelirea nervilor cu materie cenușie, acele celule grase care se formează în spirală în jurul nervilor, asemenea unei vițe de vie care se cațără pe un copac. O parte dintre nervii care capătă un înveliș în perioada adolescenței creează legături între părți ale creierului care reglează emoțiile, judecățile și controlul impulsurilor.**

În ce fel ne afectează asta pe noi ca părinți? Descoperirea pare a spune: „Începeți cât mai devreme. Implicați-vă pozitiv. Nu uitați că tiparele sentimentale și emoționale se dezvoltă încă din primii ani și continuă în perioada adolescenței." Putem da o mână de ajutor la dezvoltarea acestor tipare — care vor determina sănătatea emoțională și spirituală a copilului nostru. Ele pot determina starea sa emoțională de ansamblu — felul în care copilul percepe cele mai multe aspecte ale vieții; cât de negativist sau optimist va fi; cât de vioi va fi; cât de bine se va adapta momentelor de stres. Tiparul stabilit devreme poate afecta ulterior felul în care va depăși obstacolele; cum se va lăsa

---

* Nash, *Fertile Minds* (*Minți fertile*), *Time*, p. 56.

** Brownlee, *Inside the Teen Brain* (*Ce este în creierul adolescentului*), *U.S. News*, p. 53.

motivat de frică, de sentimentul de vinovăție sau de tensiuni — sau dimpotrivă, de dorința sinceră de a face ceea ce se cade. Va determina ceea ce simte și deci felul în care se comportă.

Descoperirile în privința dezvoltării creierului sunt uluitoare și confirmă influența copleșitoare a părinților asupra vieții copiilor. Stă în puterea lor să instaureze o educație proactivă prin stabilirea unor legături cu copilul. Creștinii nu își găsesc timp să fie reactivi. Miza e prea mare. Trebuie să fim proactivi atunci când iubim, ne călăuzim și ne formăm copiii.

Baza depășirii problemelor spirituale

Necesitatea unui fundament spiritual

Când ajung la adolescență, copiii învață să își stăpânească destul de bine comportamentul precum și tiparele care au fost oarecum stabilite în creier. Sunt deja capabili să evalueze influențele cu care se confruntă. Dintr-un sondaj pe adolescenți făcut de Barna Research Group s-a constatat că influența covârșitoare în viața lor o au părinții. La întrebarea „Cine i-a format din punct de vedere spiritual?" de șase ori mai mulți adolescenți au spus că părinții, față de cei care au răspuns că anturajul. De trei ori mai mulți i-au menționat pe părinți decât cei care au considerat Biserica drept principală sursă de influență.*

Ce mângâiere și ce semnal pentru părinți! Viața spirituală a copiilor noștri se află exclusiv în mâinile noastre și nu este vorba doar de convingerile teologice și de practicarea lor, ci de întreaga abordare a moralei și eticii.

---

* *The Barna Report* (*Raportul Barna*), buletin informațional trimestrial al Grupului de Cercetare Barna, Ventura, California, ianuarie–martie 1999, p. 8.

Când pregăteam manuscrisul acestei cărți am avut ocazia să fiu martorul unui exemplu foarte trist al unei tinere care abia ieșise din adolescență și dintr-odată a ajuns în atenția întregii țări. După audierile președintelui, moderatoarea Barbara Walters de la postul ABC i-a luat un interviu Monicăi Lewinsky, femeia care aproape a distrus un președinte. Dra Lewinsky, care a avut mai multe raporturi sexuale cu diverși bărbați înaintea legăturii cu președintele, va rămâne pentru totdeauna un trist exemplu grăitor a ceea ce poate crea lumea noastră degenerată, dacă e scăpată de sub control. Impresia mea a fost că preocupările, scopurile și motivațiile sale aveau s-o distrugă nu numai pe ea, dar și pe ceilalți care s-au lăsat implicați.

La interviu, a dovedit că nu are nicio noțiune a identității personale, considerându-se un obiect al plăcerilor sexuale. Nu părea deloc preocupată de soarta țării sau de consecințele comportamentului său. În dorința ei de a fi atrăgătoare și acceptată, ea s-a pus la dispoziția bărbaților. S-a dovedit a fi extrem de vulnerabilă în special în cazul bărbaților lipsiți de scrupule care au profitat de pe urma ei.

Lewinsky este un exemplu extrem a ceea ce se poate întâmpla cu tinerii noștri, dar copiii din orice familie pot fi afectați în mod similar, la o scară mai mică. Este imperios necesar să le oferim copiilor noștri un nucleu vital puternic, un standard care să-i ghideze în confruntarea cu vâltoarea vieții atât în adolescență cât și mai târziu, în societate. Pentru a contrabalansa ceea ce-i înconjoară pe tinerii noștri, noi, părinții, trebuie să le furnizăm o bază pe care să-și construiască existența. Baza trebuie să fie ceva suficient de puternic încât să reziste o viață și să fie transmisă mai departe nepoților noștri.

Această temelie de viață trebuie să le asigure stabilitate în aceste vremuri de schimbări fără precedent, în care cei care respectă valorile spirituale sunt adesea tratați ca ipocriți, intoleranți și încuiați. Cetățenii nu mai sunt de acord

asupra valorilor înalte și a standardelor, iar dacă spui că ceva nu e bine ești imediat etichetat ca „intolerant". În această societate sensibilă care urmărește să fie mereu „politically correct", copiii noștri sunt învățați că dacă spun despre ceva că ar fi un „păcat" dovedesc intoleranță, meschinărie și îngustime a minții. Noi, părinții, suntem determinați să considerăm că trebuie să tolerăm orice comportament, orice atitudine și orice convingere.

O comoară indispensabilă

În aceste condiții, nu este ușor pentru părinți să transmită copiilor lor credința întru Hristos precum și standardele morale și etice care derivă din religia împărtășită. Și totuși, dacă vrem ca acești copii să reprezinte o valoare și să aibă niște puncte de reper care să le lumineze calea, trebuie să le oferim comoara cea mai de preț.

Care este această comoară indispensabilă care dă un țel și un sens vieții? Acest dar de preț care aduce pacea în suflet, dă sens vieții și hrănește sufletul este însuși bunul Dumnezeu. El este al nostru, al fiecăruia în parte, și totuși al tuturor. El ne dă putere în momentele dificile și ne aduce mângâiere în clipele de disperare. El ne-a venit în ajutor și în trecut și va fi mereu alături de noi pe viitor pentru a ne arăta calea cea bună și pentru a ne fi mai aproape ca un frate.

Dumnezeu Tatăl ne dă înțelepciune în momentele tulburi și ne învață unde am greșit. Domnul nostru îngăduie suferința și durerea, dar vindecă și ne aduce ceva mai bun în loc. El nu se impune în viața noastră, ci așteaptă să fie acceptat. Nu ne obligă să facem voia Sa și este profund mâhnit atunci când o apucăm pe căi greșite.

Prin cuvântul Său, Tatăl nostru ne este călăuză și ne arată ce avem de făcut respectându-Și promisiunile față de cei care I se supun. Vrea să-L iubim pentru că El e cel care ne-a iubit mai întâi și totuși a lăsat la voia noastră

să-L acceptăm sau să-L respingem. Vrea să aibă grijă de noi, dar refuză să se impună în viața noastră. Marea Lui dorință este să fie Tatăl nostru iubitor și totuși nu se va strecura niciodată nedorit. Dacă ne dorim această relație plină de iubire de la Părinte la copil cu El, trebuie mai întâi să Îi acceptăm oferta. El așteaptă să ne deschidem sufletul în fața Sa și să devenim copiii Săi.

O asemenea relație personală și apropiată cu Dumnezeu prin Fiul Său, Iisus Hristos, constituie factorul cel mai important al vieții. Aceasta este temelia absolută a bunătății și a sensului în viață și totodată reprezintă ceea ce trebuie să transmitem mai departe copiilor noștri. Nu putem hotărî în locul lor, dar îi putem învăța să decidă singuri și să aibă destul discernământ încât să înțeleagă bunătatea și iubirea Domnului spre a și le dori și pentru ei.

Formarea valorilor spirituale

Pentru a vă călăuzi copilul din punct de vedere spiritual trebuie să rețineți două lucruri esențiale. Mai întâi, că există o relație personală și vitală pe care o aveți cu Dumnezeu. În al doilea rând, copilul vostru trebuie să fie convins de iubirea voastră necondiționată — de aceeași iubire pe care v-a dăruit-o și vouă Dumnezeu. Având aceste date esențiale, copilul va fi gata să accepte și să absoarbă în existența sa aceste valori spirituale.

Pe măsură ce-l învățați pe copilul vostru care sunt valorile spirituale fie dovedindu-vă credința, fie instruindu-l verbal, trebuie ca această experiență să fie cât mai plăcută. Cum copilul este mai degrabă emoțional decât cognitiv, el își va aminti mai curând sentimentele și nu faptele. De aceea va fi extrem de influențat de ce simte atunci când este învățat ceva și va reține emoțiile unei anumite situații mai mult decât amănuntele dintr-o lecție.

Când fiii mei aveau 10 și 6 ani, i-am dus într-o vară la pescuit în Carolina de Nord. Ne simțeam atât de bine încât am hotărât să continuăm să pescuim și pe întuneric. Era o noapte senină și curând stelele au început să strălucească pe cer. Chiar și Calea Lactee era ușor de văzut. Era o priveliște uimitoare. În acest decor conversația noastră a dus firește la cea mai mare minune dintre toate.

Băiatul meu mai mare, Dave, mi-a spus: „Tată, mă simt atât de neînsemnat. Știu că Pământul nostru nu este decât un punct în Univers."

„Asta arată măreția Domnului, David, cât de mare este El. Și totuși ține la noi, la această mică planetă, având grijă de ea zi de zi. Îi sunt atât de recunoscător că El a făcut acest imens Univers și că e bun și blând. Și că ne iubește."

„De ce este bun?" a întrebat Dale.

„Sunt multe lucruri pe care nu le știu, Dale. Nu știu de ce Dumnezeu este bun. Dar știu că este și că ne iubește. Văd asta zi de zi. Simplul fapt că sunt aici cu voi, băieți, în seara asta, este unul dintre neprețuitele sale daruri. Faptul că vă văd crescând atât de frumos pe tine și pe David, că ați devenit niște băieței minunați, este o dovadă că El ne iubește. Mereu ne aduce daruri și ne binecuvintează spre a ne arăta că ne iubește."

Această partidă de pescuit mi-a fost un moment extrem de drag alături de băieții mei. Ea a rămas adânc întipărită în sufletele lor, dar și în al meu.

Acest principiu al emoțiilor și faptelor se aplică și în privința învățăturii pe care o primești la biserică. Copilul care merge la școala de duminică își va aminti exact ce a simțit mult după ce a uitat ce a învățat. Aceasta înseamnă că atmosfera emoțională este într-o oarecare măsură mai importantă decât amănuntele din lecție.

Crearea unei experiențe agreabile nu înseamnă că profesorul (sau părintele) cade pradă dorinței de distracție a copilului; dar îl va trata cu respect, blândețe și preocupare.

Profesorul nu trebuie să critice, să umilească sau să minimalizeze un copil. Având în vedere conținutul spiritual al lecției, este extrem de important ca atmosfera să fie propice pentru ca lecția să fie acceptată. Dacă lecția la biserică sau acasă este plicticoasă sau îl umilește pe copil, el va respinge orice, oricât de interesant ar fi fost predat. Acest lucru este valabil în special în cazul adevărurilor religioase. Într-un decor negativ, copilul se poate răzvrăti împotriva problemelor religioase.

Deseori, am auzit această părere total greșită: „Aș vrea să hotărască însuși copilul meu ce anume vrea să aleagă după ce va fi confruntat cu mai multe idei. Nu e obligatoriu să aibă aceeași credință cu mine. Vreau să afle cât mai multe despre diverse filozofii religioase încât să decidă singur."

Părinții care gândesc astfel fie nu sunt în stare să se adapteze, fie nu-și dau seama de lumea în care trăiesc. Ei întăresc exact ceea ce numeam mai înainte „political correctness", adică acceptă tot fără analiză și fără judecată. În lumea actuală, în mediul nostru cultural sau în altele, fiecare copil are nevoie de o călăuzire permanentă și de formare, precum și de o clarificare a chestiunilor etice, morale și spirituale. Fără acestea va deveni tot mai dezorientat în lumea care îl așteaptă și se va întreba cum va reuși să supraviețuiască.

Noi, creștinii, avem răspunsuri foarte eficiente la mai toate conflictele existențiale și aparentele contradicții, numai că știm că trebuie să ne educăm copiii ani de zile ca să se poată folosi de aceste soluții în viața de zi cu zi. Dacă nu le oferim copiilor noștri această bază de cunoaștere și de înțelegere, dar și de călăuzire, s-ar putea ca mai târziu să ne întrebe: „Care este de fapt sensul vieții? Ce înseamnă ea?"

Cultura noastră a devenit un labirint prin care copiii încearcă să-și găsească o cale spre un loc cât mai sigur. Fără o călăuzire reală și fără niște buni sfătuitori, copiii se

vor rătăci. Întotdeauna m-a uluit faptul că părinții sunt în stare să cheltuiască mii de dolari și să facă eforturi enorme ca respectivii copii să urmeze o școală cât mai înaltă, neglijând cea mai importantă pregătire a lor — și anume cea spirituală și morală, precum și descoperirea sensului real al vieții. Trebuie să ne pregătim copiii spiritual. Dacă nu le călăuzim pașii, sunt alții pregătiți să o facă, dar dacă le oferim această bază spirituală de care au nevoie, și unii și alții vom fi mai bogați. Faptul că i-am învățat pe copiii noștri care sunt căile Domnului ulterior se va transforma într-o binecuvântare asupra căminului nostru, așa cum nici nu ne-am fi putut închipui.

Modalități de a ne pregăti copiii din punct de vedere spiritual

Atunci când organizăm pregătirea religioasă și activitatea în sânul bisericii în tabere creștine sau în cluburi speciale pentru tineret, facem un pas extrem de important în dezvoltarea copilului, dar nimic nu are o influență mai mare decât învățătura căpătată chiar acasă. Părinții nu-și pot permite să lase formarea spirituală a copiilor pe mâna altora. Și totuși, probabil că vă veți întreba care sunt lucrurile cele mai importante ce trebuie transmise copiilor. Să ne oprim la câteva dintre ele.

Folosirea poveștilor și a întâmplărilor

Mai întâi, *vorbiți-le despre sensul poveștilor și întâmplărilor*. Poveștile sunt modalități extrem de eficiente de a vă învăța copiii, în special când le citiți și apoi discutați despre ele într-o atmosferă cât mai destinsă și afectuoasă. Momentul ideal este înainte de culcare, pentru că nu vă face concurență nimic altceva. Având în vedere că majoritatea copiilor vor să amâne ora de culcare, puteți profita de această dorință pentru a petrece un timp prețios cu ei. În această

atmosferă foarte caldă puteți să le satisfaceți nevoile emoționale și să le oferiți totodată și câteva repere și sfaturi spirituale.

Este foarte simplu să îi furnizați copilului principalele învățături din Scriptură, începând cu numele și faptele biblice. Dar nu acesta este adevăratul scop. Copilul trebuie să înțeleagă sensul personajelor biblice și principiile de care se poate folosi. Trebuie să-l învățați cu pasiune și implicare. Când vă călăuziți copilul din punct de vedere spiritual, trebuie să combinați toate elementele iubirii necondiționate — contactul vizual, atenția totală, contactul fizic, precum și o împărtășire profundă a tot ceea ce aveți mai bun de dăruit copilului vostru.

Discutarea experiențelor proprii

În al doilea rând, *împărtășiți-le copiilor voștri propriile experiențe.* Lucrurile învățate de la biserică, de la școala de duminică și de acasă reprezintă doar materia primă de la care se pot forma spiritual. Ei trebuie să învețe să folosească în mod corect și eficient această cunoaștere ca să se maturizeze spiritual așa cum se cuvine. Pentru aceasta trebuie să fie însoțiți de Dumnezeu în fiecare zi și să învețe să aibă încredere în El.

Copiii se vor arăta interesați de experiențele *voastre* cu Dumnezeu, așa încât e bine să le împărtășiți câte ceva din propria voastră existență spirituală. Evident că răspunsul depinde de calitatea informațiilor pe care le puteți împărtăși. Ceea ce le împărtășiți depinde și de nivelul de dezvoltare a copilului, de vârsta lui și de capacitatea de a înțelege. Pe măsură ce copilul se maturizează, veți dori să sporiți treptat discuțiile cu el despre felul cum îl iubiți pe Dumnezeu, cum El vă însoțește zilnic, cum vă bizuiți pe El, cum așteptați să vă călăuzească pașii și să vă ajute la greu, cum îi mulțumiți pentru iubirea Lui, grija, darurile și rugăciunile împlinite.

Căutați să găsiți cât mai multe ocazii pentru a împărtăși fiecărui copil întâmplări care arată ce face Dumnezeu pentru voi *chiar atunci când vi se întâmplă*, și nu mai târziu. Ceea ce le împărtășiți copiilor depinde și de vârsta și de gradul lor de maturitate, pentru că nu este cazul să îi stresați cu problemele financiare sau cu nesiguranța în care trăim. Dacă voi, ca părinți, vă arătați încrederea totală în felul în care vă călăuzește pașii Tatăl nostru din ceruri, copiii vor vedea și vor simți mult mai mult decât puteți exprima în cuvinte. Tot așa cum nu e rău să-i invitați pe copii să vi se alăture în rugăciuni. Astfel ei vor deveni părtași ai experienței voastre de a comunica cu Domnul prin rugăciune și de a aștepta răspunsurile din partea Sa.

Făcând-o ani de-a rândul, copiii vor aduna tot mai multe amintiri despre felul cum Dumnezeu își face simțită prezența în viața familiei voastre. De asemenea vor învăța să spună tot ce au pe suflet Domnului. Cât adevăr în aceste vorbe: „Experiența te învață." Lăsați-vă copilul să învețe alături de voi să aibă și mai mare încredere în Dumnezeu.

Copilul simte nevoia să învețe cum reușește Domnul să împlinească dorințele personale și nevoile familiei, inclusiv pe cele financiare. De exemplu, trebuie să știe când vă rugați pentru nevoile altora; sau când îi cereți Domnului să găsească o soluție la problemele voastre, asta și în funcție de vârsta copilului. Nu uitați să îi spuneți de fiecare dată cum Dumnezeu v-a ajutat în viață sau cum v-a folosit spre a-i ajuta pe alții. Sigur, copilul trebuie să știe că vă rugați separat pentru nevoile sale.

Demonstrarea practică a iertării

Și în final, *fiți dovada vie a iertării*. Puteți să vă învățați copilul prin puterea exemplului și să-i arătați cum să ierte și cum să fie iertat de Domnul și de alții. Veți face asta iertând mai întâi și apoi cerând iertare — partenerului de viață sau chiar și copilului — atunci când greșiți cu ceva.

Da, când greșiți în fața copilului trebuie să-i cereți iertare. Niciodată nu voi reuși să subliniez îndeajuns cât de important este acest lucru. Tot așa cum nu trebuie să uitați, atunci când vă mâniați și n-aveți chef să cereți iertare copilului, de următorul adevăr absolut: *adevărata intimitate se instaurează în momentul în care se depășește un conflict.*

S-ar putea chiar să considerați conflictele ca pe niște momente prielnice de apropiere reciprocă — dacă veți reuși să vă stăpâniți mânia și să-i determinați pe membrii familiei să găsească o rezolvare plină de iubire problemei respective.

Iertarea rămâne o problemă de o importanță capitală în sânul familiei. De aceea atâția oameni au probleme cu sentimentul de vinovăție și nu pot ierta ori nu se simt iertați. Cei care au învățat să ierte greșiților lor și care sunt capabili să ceară și să primească iertarea dau dovadă de sănătate mintală și emoțională și sunt mult mai împăcați cu sine decât ceilalți.

Copiii au nevoie de optimism și de speranță

Optimismul

Pe măsură ce copiii devin adolescenți au nevoie de optimism și speranță. În aceste vremuri de decădere a valorilor, adulții care sunt dispuși și capabili să ridice moralul copiilor lor ne aduc multă mângâiere.

Vă aflați în situația ideală de a le oferi acest neprețuit dar, numai că el presupune efort. Nu trebuie să cădeți pradă previziunilor sinistre și demoralizatoare și nici să le transmiteți copiilor un asemenea mesaj. Adolescenții sunt extrem de sensibili la pesimism, mai ales când el vine din partea părinților. Nu vă molipsiți de la disperarea altora — aveți încredere în Dumnezeu și în voi înșivă. Încurajați-vă copiii în progresul lor. Povestiți-le despre enormul potențial

pe care îl au și despre soarta minunată pe care le-a pregătit-o Dumnezeu. *A încuraja* înseamnă „a inspira curaj". Vorbele voastre le vor da curaj să înfrunte viitorul.

Dumnezeu este creatorul speranței și El ne dă speranță. V-aș sfătui să citiți cât mai des capitolul 11 din *Epistola Sf. Apostol Pavel către Evrei*, unde ni se amintește că speranța nu poate fi năruită. Nu uitați că minunatele promisiuni ale Domnului sunt adevărate și că Dumnezeu însuși crede în ele și este mereu iubitor și ocrotitor pentru noi. În Biblie, există foarte multe făgăduieli care ne dau speranță, dacă ar fi să ne referim doar la acestea patru:

> Și știm că Dumnezeu toate le lucrează spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu, al celor care sunt chemați după voia Lui. (*Romani* 8, 28).
>
> Pentru că numai eu știu gândul ce-l am pentru voi, zice Domnul, gând bun, nu rău, ca să vă dau viitorul și nădejdea. (*Ieremia* 29, 11)
>
> Nu te teme căci eu sunt cu tine, nu privi cu îngrijorare, căci Eu sunt Dumnezeul tău. Eu îți dau tărie și te ocrotesc și dreapta Mea cea tare te va sprijini. (*Isaia* 41, 10)
>
> Multe sunt necazurile drepților și din toate acelea îi va izbăvi pe ei Domnul. (*Psalmii* 33, 18)

Fostul meu pastor, Moncrief Jordan, mi-a povestit despre Bart, la care mergea curent. Bart avea multe probleme fizice și în cele din urmă i-au fost amputate ambele picioare. Pastorul Jordan s-a gândit că asta îi va distruge total atitudinea veselă și optimistă cu care aborda viața, dar n-a fost așa. Bart continua să se legene cu ajutorul unui trapez pus deasupra patului pentru a ajunge în scaunul rulant și îl acționa singur spre holul din căminul în care locuia. Când cânta și se acompania la pian, mulți cântau în cor cu el.

În ultimii săi ani de viață, el a devenit speranța și bucuria multor oameni.

Speranța trainică

Dintre toți adulții, părinții creștini le pot oferi copiilor lor speranța în Dumnezeu, speranță care reușește să depășească pesimismul și acea atitudine de „trăiește clipa", caracteristice multor adolescenți de azi. Nicicând nu mi-a fost mai limpede că aceasta este soluția de supraviețuire a adolescenților decât în aprilie 1999, în urma masacrului de la Liceul Columbine din Littleton, Colorado. Doi elevi de liceu au împușcat mai mulți colegi. În final, 12 elevi și un profesor au murit, iar cei doi atacatori și-au pus capăt zilelor. În total, au pierit 15 persoane. Totul părea atât de absurd!

După aceste tragice morți, peste o sută de specialiști au venit să-i ajute pe supraviețuitorii de la Liceul Columbine, pentru a-și depăși cumplita durere. S-a dovedit că acești consilieri n-au prea avut de cine să se ocupe, pentru că adolescenții și familiile lor au ales să se adreseze Bisericii, pentru călăuzire și mângâiere.

Charles Colson cita un pastor din zonă care spunea: „În asemenea momente, copiii nu doresc lecții de psihologie... Vor să știe «de ce s-a întâmplat una ca asta»." El sublinia faptul că modelul „tratării suferinței profunde" se bazează pe modelul „travaliului de doliu" al lui Freud, care survine în urma unei pierderi. Așadar, nu se încuraja speranța și nici nu se dădeau răspunsuri de natură spirituală unei tragedii. Adesea, tratarea „suferinței profunde" se făcea prin trezirea unor emoții negative.*

Majoritatea copiilor de la Liceul Columbine și-au dat seama că nu au nevoie de așa ceva și s-au adresat pastorilor

* Charles Colson, *Good Grief–Faith Versus Freud* (*Durere–credință versus Freud*), comentariu din cadrul unei emisiuni radio, 13 mai 1999.

și preoților pentru ajutor. Aveau nevoie de speranța pe care numai Iisus o poate da, observa Colson.

Cassie Bernall a fost și ea una dintre victime. Când unul dintre atacatori a îndreptat arma spre ea, acesta a întrebat: „Crezi în Dumnezeu?" și ea a răspuns: „Da, cred în Dumnezeu." I-a luat zilele cu un glonț. În noaptea crimei, fratele lui Cassie a descoperit în jurnalul ei următorul citat care cuprindea câteva rânduri din *Filipeni* 3, 10–11:

> Ca să-L cunosc pe El și puterea învierii Lui și să fiu primit părtaș la patimile Lui, făcându-mă asemenea cu El în moartea Lui, ca doar să pot ajunge la învierea cea din morți.

Speranța generației următoare

În aceeași săptămână a tragediei de la Columbine, 73 000 de tineri s-au adunat la Pontiac, Michigan, pentru a-și manifesta optimismul în viitor și a se opune atitudinilor multora dintre cei de seama lor. Adolescenții s-au adunat pe un enorm stadion de fotbal unde joacă de obicei echipa Detroit Lions, și, după cum nota un reporter, „au vrut să declare faptul că vor trăi în onoare, își vor asuma răspunderea și vor respecta autoritățile". Această adunare care s-a numit Ziua întâi a Adolescento-Maniei s-a axat pe o chestiune de o importanță capitală: „Ce fel de creștinism ne va însoți în mileniul următor?" Adolescenții au citit la unison și apoi au semnat o Cartă a Drepturilor Adolescenților care includea jurămintele că nu vor face sex înainte de căsătorie, că nu vor lua droguri și nu vor bea alcool.*

Într-un recent interviu, Billy Graham și-a exprimat optimismul în privința multor adolescenți din ziua de azi

*Josh Kennedy, *73 000 Teens Pledge Responsibility* (*73 000 de adolescenți jură să-și asume răspunderea*), *Christianity Today*, 14 iunie 1999, p. 13.

și a spus că el își petrece mai tot timpul concentrându-se asupra generației următoare, pentru că simte că aceștia vor să-L descopere cu adevărat pe Dumnezeu în această perioadă tulbure a valorilor neclare.

Da, există speranțe pentru adolescenții și copiii noștri. Este atât de important să înțeleagă asta și să creadă cu tărie că speranța creștină nu depinde de ceea ce se întâmplă în lume, ci doar de ceea ce fac ei în lume ca ființe responsabile întru marea iubire a Domnului către noi. Ca părinți, noi putem să-i încurajăm, să le dăm speranță acestor copii și adolescenți care au o nevoie disperată de așa ceva — chiar și în vremurile foarte bune, ca să nu mai vorbim de clipele grele.

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITARY

9

TEAMĂ, ANXIETATE ȘI DEPRESIE

„Căci Dumnezeu nu ne-a dat duhul temerii, ci al puterii și al dragostei și al înțelepciunii."

II Timotei 1, 7

Frica sufocă societatea noastră pe mai multe planuri în asemenea măsură încât mulți nici nu-și dau seama cât de tare le domină existența. În mod firesc, părinții sunt afectați de această frică generalizată precum și de temeri specifice legate de propriii lor copii.

Patru temeri

Cei mai mulți părinți se confruntă cu patru temeri. Să analizăm aceste temeri progresive:

- Teama de ceea ce se va întâmpla copilului nostru în această societate amenințătoare;
- Teama de comportamentul copilului și neliniștea în privința disciplinării sale;
- Teama de propriul copil;
- Teama de adolescenți în general.

Teama de viitor

Nicicând în societatea americană nu s-au pus asemenea probleme care să fie o permanentă amenințare pentru copii și adolescenți. Înainte, copiii erau mult mai bine ținuți sub control de familia lor mai mică sau mai mare. Astăzi, mulți părinți tineri simt că pierd controlul în fața unor forțe nevăzute care pot dăuna mult copiilor lor.

E firesc să le fie frică. Nu au experiență ca părinți și încearcă să își găsească drumul printr-un labirint extrem de derutant, străduindu-se să câștige o partidă în care totul pare a fi împotriva lor. Ei ar vrea să facă tot ce e mai bine pentru copiii lor, dar se tem că nu vor reuși.

Dacă vă aflați în categoria „părinților tineri", fie ca vârstă, fie prin vârsta copiilor, gândiți-vă să apelați la părinții mai cu experiență care vă pot ajuta. Cei care și-au crescut copiii în așa fel încât să-și asume răspunderile și să devină niște adulți fericiți înțeleg prea bine ce ar trebui să știe părinții mai tineri pentru a se asigura că și copiii lor se vor descurca bine în viață. Majoritatea sunt capabili și dispuși să vă arate care sunt căile ce vor fi de ajutor pentru a le asigura copiilor tot ce au nevoie pentru o bună dezvoltare și să vă avertizeze de capcanele și prăpăstiile ce trebuie evitate. Știți prea bine că nu vă puteți permite să faceți greșeli majore — trebuie să reușiți de prima dată. În societatea noastră amenințătoare rareori ți se oferă o a doua șansă.

Teama de comportamentul copilului duce la prea multă îngăduință și severitate

Părinții mai au și alte temeri în privința educației copiilor, dar cel mai tare îi subminează frica de comportamentul copilului și de modalitatea de a-l disciplina. Ca urmare, părinții îl lasă adesea pe copil să facă legea. La ora actuală, mulți părinți parcă ar vrea ca ei, copiii, să fie cei care să le arate drumul. Firește că acești părinți nu dețin controlul propriului lor cămin. Dacă un copil este încăpățânat și îi place să sfideze orice formă de autoritate, controlul și disciplina devin coșmarul zilnic al părinților. În momentul în care copilul preia controlul, el devine tot mai încăpățânat și părinții sunt tot mai consternați.

Din pricina temerilor, părinții devin tot mai îngăduitori, comportamentul copilului se înrăutățește și mai tare

pe măsură ce permanent (chiar dacă indirect) pune întrebarea-cheie: „Mă iubeşti?" prin intermediul purtării sale inacceptabile. El aşteaptă ca părinţii să-l corecteze spre a-i arăta astfel că le pasă şi că sunt direct implicaţi. Într-un asemenea moment, bătălia pare pierdută, pentru că nimic nu mai are efect în cazul copilului al cărui rezervor emoţional este gol.

Din cauza frustrării, aceşti părinţi prea îngăduitori recurg la pedepse administrate la mânie şi cu ciudă. Aceasta înseamnă că au căzut deja în capcana pedepselor, pentru că de câte ori folosesc pedeapsa la mânie, de atâtea ori copilul se simte şi mai recalcitrant, sfidător şi neiubit. Copilul poate atunci să îşi manipuleze părinţii, iar ei la rândul lor să devină tot mai frustraţi şi mai tiranici; sau pur şi simplu se pot da bătuţi în disperare de cauză. Oricum, ei devin mult prea îngăduitori. Educaţia bazată pe frică dăunează şi duce la nefericirea tuturor.

Alţi părinţi reacţionează la temerile lor printr-o autoritate rigidă. Hotărâţi să deţină controlul, fermi şi inflexibili în privinţa copilului lor, devin exagerat de preocupaţi de disciplină ca modalitate de a controla comportamentul copilului. Ei presupun că o disciplină foarte severă (prin pedeapsă) este soluţia formării unui copil bine-crescut. Teama lor îi face să devină nişte părinţi reactivi şi am arătat deja care sunt neajunsurile unei asemenea metode. Părinţii care utilizează această metodă pun căruţa înaintea cailor. Accentul principal pus pe disciplină, fără a lua în considerare nevoile copilului, va cauza neajunsuri atât părinţilor cât şi copilului. Toţi vor avea de suferit. Educaţia reactivă întotdeauna duce la o utilizare exagerată a pedepselor corporale, iar un copil care trăieşte în atmosfera capcanei pedepselor nu se poate dezvolta la un potenţial maxim. De câte ori ne temem de rolul copilului, îi afectăm percepţiile. Copilul detectează frica şi rigiditatea

părinților. El poate percepe uneori o oarecare afecțiune, dar știe că ea se bazează doar pe o iubire condiționată care presupune ascultarea părinților; copilului îi lipsește acea iubire necondiționată de care are nevoie cu disperare pentru a crește și a se dezvolta. Accentul exagerat pus pe disciplină (pedeapsă) dăunează capacității părinților de a-și crește cu afecțiune și de a-și forma copilul.

Prima reacție la frică este o adevărată paralizie și ea duce la o prea mare îngăduință din partea părinților. Cea de-a doua atitudine este cea a educației reactive care pune mult prea mult accent pe disciplina rigidă impusă într-o atmosferă de severitate. Nu e nevoie să urmați niciuna dintre aceste soluții extreme. Pentru a crește un copil echilibrat (și în final un adult echilibrat), un părinte înțelept va apela la educația proactivă punând accentul mai întâi pe principalele nevoi ale copilului. Și principala nevoie a oricărui copil este să fie iubit și să se simtă iubit.

Teama de propriul nostru copil

Teama de comportamentul copilului nostru și neliniștea în privința modalității de a-l disciplina duc la teama de copilul propriu-zis. Nu mai suntem siguri cum să-l disciplinăm și cum să reacționăm. Copilul este altfel decât noi și mai ales pentru cei care avem mai mult de un copil, fiecare în parte este diferit de celălalt. Noi vrem să procedăm cât mai bine cu fiecare în parte și totuși reacțiile sunt diferite (în parte pornind evident de la personalitățile diferite, dar și de la gradul de iubire pe care îl percep din partea noastră). Uneori ne spunem: *Nu-mi înțeleg copilul și cine știe ce o să mai facă.*

Temerile legate de adolescenți

Acest fenomen extrem de neplăcut îl întâlnim pretutindeni, în special în locurile publice cum ar fi marile centre

comerciale. Foarte mulți oameni (și unii părinți) consideră că adolescenții sunt niște persoane lipsite de sensibilitate, de afecțiune și respect și care fac numai probleme. Adevărul este însă că marea majoritate a adolescenților din ziua de azi sunt copii minunați și înțelegători. Da, o parte dintre ei par ciudați atunci când se manifestă prin acest comportament normal pasiv-agresiv și își bagă inele te miri unde, își vopsesc părul sau își pun tot felul de accesorii. Da, mulți au probleme cu care părinții de până acum nu au mai fost confruntați, dar adesea aceste forme de exprimare scot la iveală dorințele profunde ale existenței lor, ce anume le lipsește și după ce tânjesc — iubirea necondiționată. Ei doresc o iubire necondiționată, activă și afectuoasă, suficientă pentru a fi formați și călăuziți.

Aceasta nu este prima generație de adolescenți care stârnește teama adulților prin unicitatea sa provocatoare. Să nu uităm tineretul anilor '60 și '70, cu plete, simboluri ale păcii, sandale și acel mod ciudat de a vorbi. Sigur că au avut propria lor muzică, asemeni adolescenților din ziua de azi, ce pare să aibă un unic scop — să-și scoată din minți părinții.

Da. Unele dintre modalitățile prin care adolescenții din ziua de azi sunt diferiți de restul lumii sunt într-adevăr inadecvate și nesănătoase. Anumite forme de comportament pasiv-agresiv au devenit extreme și periculoase cum ar fi drogurile, versurile vulgare ale muzicii, legături sexuale în afara căsătoriei și altele. Aceste comportamente sunt într-adevăr de temut și dăunătoare pentru tineri.

Un raport publicat de un institut de cercetări, o organizație nonprofit, a ajuns la concluzia că: „Americanii sunt convinși că adolescenții din ziua de azi se confruntă cu o criză — nu din punct de vedere economic sau fizic, ci în privința valorilor și a moralei lor. Majoritatea americanilor îi privesc pe adolescenții din ziua de azi cu îndoială și

teamă, considerându-i nedisciplinați, lipsiți de respect și neprietenoși."*

Unul dintre motivele pentru care atât de mulți adulți îi percep pe adolescenți ca fiind lipsiți de respect ori mojici, nepoliticoși și chiar periculoși îl constituie modul în care mijloacele de comunicare de masă îi prezintă pe adolescenții în filme și reviste. Aceste imagini alarmante ne fac să uităm de indiciile de unicitate pe care le putem constata la mulți dintre reprezentanții acestei generații energice. Adolescenții din ziua de azi sunt persoane importante care au nevoie de iubirea și sprijinul nostru mai mult decât orice altă generație de până acum. Soluția absolută odată cu începutul noului secol este aceeași cu cea aplicată și copiilor anilor '60: cât mai multă iubire necondiționată și acceptare a persoanelor în sine.

Americanii sunt ambivalenți în privința adolescenților. Sunt derutați de ei pe de o parte, dar pe de altă parte nu i-au abandonat. Americanii țin foarte mult la tineretul lor. Cred că putem percepe multe semne de maturitate crescândă la tineretul nostru. Mai multe despre aceasta puteți găsi în cartea pe care am scris-o împreună cu Gary Chapman, *Parenting Your Adult Child* (*Educarea copilului adult*).**

Depășirea acestor temeri

Unii oameni, inclusiv părinți, pun mare preț pe inocența copilăriei în raport cu trezirea firească a adolescentului. Acest lucru mă uluiește. E ca și cum acești adulți ar presupune sau ar spera ca de fapt copiii lor să nu ajungă

* Kathleen Kimball-Baker și Eugene Roehikepartain, *Are Americans Afraid of Teens?* (*Oare americanii se tem de adolescenți?*), *Assets*, Buletin de informare al Institutului de Cercetări, 1998, p. 7.

** Ross Campbell și Gary Chapman, *Parenting Your Adult Child*, Chicago: Northfield, 1999, în special pp. 17–21.

niciodată adolescenți. Majoritatea părinților aplică o educație reactivă în cazul copiilor mici și apoi se miră când au atât de multe probleme cu ei la vârsta adolescenței. Soluția nu poate fi decât o educație activă bazată pe o bună relație cu copilul.

Teama este o forță înspăimântătoare care vă poate distorsiona gândirea și vă poate determina să puneți accent pe ceea ce nu trebuie în direcția educației. Cum ea poate duce la prea multă îngăduință sau prea mare severitate, trebuie să vă depășiți teama și să trăiți mai presus de ea, mai ales de dragul copiilor voștri. Cea mai bună soluție în acest sens este să-i îndreptați pe copiii voștri pe o cale pozitivă proactivă, crescându-i, formându-i și protejându-i mereu cu gândul la nevoile lor în toate fazele de dezvoltare. Atunci când vă iubiți astfel copiii puteți să stați liniștiți, pentru că sunteți într-adevăr cei mai buni părinți din lume. Când vă abordați cu detașare copiii, vă puteți bucura de ei cu adevărat, iar într-un asemenea mediu ei se pot dezvolta.

Mediul ideal pentru un copil este căminul în care părinții sunt relaxați, atmosfera este destinsă, liniștită, pașnică, potolită și plină de iubire, fără a uita și o doză zdravănă de umor. Într-un asemenea cămin, părinții se simt bine ca educatori și au încredere că de fapt copiii lor sunt îngrijiți cât se poate de bine. Totodată pot fi siguri că educația lor nu va crea copiilor niciun fel de neajunsuri. Dacă veți acorda timpul necesar și efortul pe măsură pentru a fi proactivi cu copiii voștri, oferindu-le ceea ce le trebuie mai mult, nu va mai fi nevoie să vă temeți în privința viitorului lor.

Neliniștea și sufletul iubitor

Neliniștea face casă bună cu frica și, asemeni fricii și mâniei, este tot un sentiment. Specific neliniștii este faptul că are atât o latură pozitivă cât și una negativă. În direcția

celei negative neliniștea înseamnă îngrijorare sau panică în ceea ce privește viitorul. Latura pozitivă presupune că neliniștea înseamnă preocupare față de ceva sau cineva. Cu toții avem un anumit nivel de neliniște, unii prea mare, alții prea mic.

O persoană mult prea neliniștită are un handicap în multe direcții. Aproape întotdeauna este o persoană timidă, cu o părere proastă despre sine. Îi este greu să trateze cu ceilalți de pe poziții de competență, echilibru și siguranță pe sine. În același timp poate fi o persoană foarte iubitoare în funcție de neliniștea negativă sau pozitivă de care dă dovadă. Când există prea multă neliniște negativă sau îngrijorare în privința viitorului, apare un sentiment de disconfort. Dacă există o mare neliniște pozitivă, persoana respectivă va dovedi multă afecțiune față de ceilalți. Aceste două aspecte de obicei merg mână în mână.

E o nenorocire să fii ros de neliniște, dar e și mai rău ca ea să nu existe sub nicio formă. Cei lipsiți de anxietăți nu știu ce înseamnă compasiunea. De fapt, în parte, definirea comportamentului sociopat pornește tocmai de la această lipsă de neliniște. Acești oameni discern diferența dintre bine și rău, dar nu le pasă. Ei sunt capabili să se concentreze doar asupra scopurilor lor egoiste, fără să-i preocupe binele celorlalți. După cum vedeți, neliniștea este un amestec de binecuvântare și blestem. Apar referiri la neliniște și în Biblie, unde sunt scoase în evidență laturile negative. Pasajele care urmează sunt dintre cele mai cunoscute în privința neliniștii negative:

> De aceea zic vouă: Nu vă îngrijiți pentru sufletul vostru ce veți mânca, nici pentru trupul vostru cu ce vă veți îmbrăca. Căutați mai întâi împărăția și dreptatea Lui și toate acestea se vor adăuga vouă. Nu vă îngrijiți de ziua de mâine, căci ziua de mâine se va îngriji de ale sale. (*Matei* 6, 25; 33–34).

> Nu vă împovărați cu nicio grijă. Ci întru toate, prin închinăciune și prin rugă cu mulțămire, cererile voastre să fie arătate lui Dumnezeu. Și pacea lui Dumnezeu, care covârșește orice minte, să păzească inimile voastre și cugetele voastre, întru Iisus Hristos. (*Filipeni* 4, 6–7)

Un echilibru sănătos

Sigur că noi, ca părinți, avem nevoie de echilibru. Dar și copiii noștri au. Ca părinți vreți ca și copiii voștri să fie cât se poate de liberi și feriți de neliniști negative, dar să rămână niște persoane sensibile și iubitoare. Rareori găsești echilibrul sănătos — respectiv o persoană iubitoare și înțelegătoare care să nu fie copleșită de griji și temeri. Această lipsă de echilibru este un factor care duce la deteriorarea societății noastre. Cum oamenii sunt tot mai neliniștiți în privința vieții lor, parcă le pasă tot mai puțin de ceilalți. De asemenea, persoanele de obicei pline de compasiune pot deveni de-a dreptul insensibile la necazurile vieții, pentru că, văzând și auzind de atât de multe tragedii în colțuri îndepărtate ale lumii, îi inhibă incapacitatea de a-i ajuta pe cei de acolo.

Cum ne putem asigura că într-adevăr copiii noștri vor fi niște persoane echilibrate, care să-și stăpânească neliniștile și totuși să nu rămână insensibili? Soluția este satisfacerea mai întâi a nevoilor lor emoționale și apoi formarea lor cu afecțiune, care nu înseamnă însă o lipsă de disciplină, ci chiar o prelungire a iubirii prin disciplină.

Dacă un copil nu are parte de iubire necondiționată, nu-și va putea dezvolta această neliniște pozitivă care se manifestă într-un suflet iubitor. În cazul în care copilul este supus unor pedepse severe fără a-i umple mai întâi rezervorul emoțional, va avea tendința să-și dezvolte neliniștea negativă, adică un spirit veșnic îngrijorat, o incapacitate de adaptare la viață și în special la ideea de

viitor. Un copil voluntar și încăpățânat căruia nu i se dă destulă iubire, în schimb este mult prea pedepsit, sau și una și alta, va încerca să-și înăbușe *orice* neliniște, ceea ce mai mult ca sigur că va duce la dezvoltarea unor trăsături sociopate.

Singura posibilitate de a-i asigura copilului un echilibru sănătos în privința neliniștilor este prin a-i satisface nevoile primordiale. Fiți proactivi în educația voastră părintească. Pentru a avea cât mai bine grijă de copil, asigurați-vă că ați înhămat bine calul la căruță: oferiți-i iubire necondiționată înainte de orice altceva.

Depresia la copii

Depresia îi afectează pe mulți copii din ziua de azi. Acum 15 ani era ceva rar întâlnit, în parte și pentru că de foarte puține ori era identificată ca atare. Oricum, a crescut alarmant numărul de cazuri în ultimii ani. În 1998, psihologul Ronald Kessler de la Facultatea de Medicină Harvard a studiat peste 8 000 de americani cu vârste situate între 15 și 54 de ani. El a constatat că numai două procente dintre cei care au acum între 45 și 54 de ani au prezentat simptome de depresie clinică în ultimii ani de adolescență. Între cei care actualmente au între 15 și 24 de ani, 23 de procente suferă de depresii grave până să împlinească 20 de ani.* În prezent, depresia îi vizează chiar și pe cei mai mici, dar nu se înregistrează creșteri în privința altor probleme mintale la nivelul acestor generații.

Consecințele și cauzele depresiei

Un aspect înspăimântător al acestor probleme mereu crescânde ale depresiei și neliniștii la copii îl reprezintă

* Marilyn Elias, *Childhood Depression* (*Depresia la copii*), *USA Today*, 13 august 1998.

consecinţele. Studiile recente arată că tinerii care trec prin depresii sau stări de anxietate riscă de trei sau patru ori mai mult decât ceilalţi să se apuce de droguri sau să aibă probleme cu alcoolul până în 25 de ani, sau cel puţin aşa susţine epidemiologul Kathleen Meridangas de la Facultatea de Medicină Yale.* Depresia poate duce la sinucidere. Semnificativ pare a fi faptul că rata sinuciderilor la copiii şi adolescenţii americani a crescut de patru ori între 1950 şi 1995.

Aproape două treimi dintre cei deprimaţi au avut cel puţin o altă problemă mintală anterior, de obicei o formă de anxietate. Aproape toţi copiii cu depresii sunt dominaţi de stări anxioase. Studiile arată că aceşti copii consideră lumea în care trăim mai înspăimântătoare decât ni se părea nouă când aveam vârsta lor. Depresia apare în egală măsură în familiile bogate sau sărace. Copiii proveniţi din toate mediile manifestă simptome de depresii grave într-o măsură mult mai mare decât alte generaţii din istoria modernă.**

O mai mare izolare fizică produce la rândul său un număr crescut de copii afectaţi de depresii. „Copiii trăiau în familii mari, unite şi adesea chiar foarte numeroase. Mai mulţi bunici se preocupau de formarea spirituală a copiilor. În prezent, aceştia din urmă sunt tot mai mult singuri", este concluzia la care a ajuns psihologul Martin Seligman. „Egoismul câştigă tot mai mult teren şi acest lucru nu ajută în confruntarea cu momentele grele."***

Copiii cu depresii sunt semnificativ diferiţi de colegii lor sănătoşi:

- Părinţii lor aproape întotdeauna sunt divorţaţi sau există conflicte acasă.

---

* *Ibid.*

** *Ibid.*

*** *Ibid.* Seligman este preşedintele Asociaţiei americane de psihologie.

- Adolescenții cu depresii grave sunt considerați de ei înșiși și de profesori ca mai puțin adaptabili în societate. Conform psihologului Kevin Stark de la Universitatea din Texas: „Ei interpretează greșit scenarii neutre ca pe o formă de respingere la adresa lor, ceea ce îi determină să devină tot mai timizi și retrași."*
- Copiii cu depresii cred mai ușor că experiențele negative sunt produse de ceva care le lipsește și nu de comportamentele și condițiile mereu în schimbare.
- La adolescenți constatăm o strânsă legătură între stres și depresie.

Depresia la băieți și fete

Rareori depresia este detectată la băieți, chiar și la cei cu probleme grave. În cartea sa *Real Boys: Rescuing Our Sons from the Myths of Boyhood* (*Cum sunt băieții în realitate: salvarea fiilor noștri de periculosul mit al copilăriei masculine*), William Pollack, de la Facultatea de Medicină Harvard și Spitalul McLean, declară că depresia este în foarte multe cazuri nediagnosticată la băieți, ceea ce este grav.**

Când un adolescent suferă de o depresie moderată până la una foarte gravă și simte că nu mai poate îndura, el va trece la fapte și va încerca să-și aline suferința și disperarea. Comportamentul ce rezultă dintr-o asemenea depresie are și o titulatură științifică: „manifestarea depresiei". Există multe căi prin care un adolescent își poate manifesta depresia.

Băieții au tendința să fie mai violenți decât fetele. Ei vor încerca să-și aline simptomele de depresie prin furat, mințit, bătăi, șofat rapid sau comportament delincvent care poate duce până la împușcarea colegilor. Aceste simptome sunt rareori identificate sau măcar considerate a fi simptome ale

* *Ibid.*

** William Pollack, *Real Boys*, New York: Random House, 1998, p. 9.

depresiei. Este unul dintre principalele motive pentru care depresia nu este diagnosticată la băieți. Pentru fete, depresia devine tot mai des întâlnită după ce ele împlinesc 11 ani și în următorii patru ani prezența sa crește extrem de rapid. Până la 18 ani fetele sunt de două ori mai deprimate decât băieții. Studiile arată că fetele, ca și femeile, au tendința să se aplece mai mult asupra problemelor decât băieții. Asta înseamnă că mai multe femei decât bărbați vor suferi de depresii și la vârsta adultă.

În foarte apreciata sa carte, *Reviving Ophelia* (*Reînvierea Ofeliei*), Mary Pipher oferă niște informații excelente prin care explică de ce adolescentele trec prin momente atât de dificile. Recomand cu multă căldură această carte tuturor părinților, și în special celor care au fete. Ele se îngrijorează mai mult decât băieții, în special asupra unor chestiuni pe care nu au cum să le controleze. Motivele de îngrijorare ale fetelor presupun lucruri cum ar fi aspectul exterior, probleme de familie, greutate și popularitatea în raport cu ceilalți.

O cauză a îngrijorării lor vine din faptul că ele au fost învățate să placă și să țină la ceilalți.* Dilema lor este un bun exemplu de părți negative și pozitive ale anxietății. De obicei, ea apare la persoanele cu un suflet iubitor, dar care nu se simt bine în pielea lor, temându-se de diverse situații, inclusiv de propriul viitor.

Dificultăți în identificarea depresiei

Cum depresia produce multe alte probleme care o maschează, poate fi extrem de greu de identificat. Totuși, actualmente este identificată mult mai des decât cu ani în urmă, ceea ce duce la utilizarea crescută a antidepresivelor.

Depresia în copilărie este foarte subtilă și are tendința să se dezvolte treptat și lent. Din pricina multelor cauze și

* Elias, *Childhood Depresion* (*Depresia la copii*), *USA Today*.

efecte, este și foarte complexă. Când un copil are probleme cu învățătura, depresia de obicei este considerată a fi ultima cauză posibilă. Situația e și mai rea când problema copilului este cauzată de un alt factor, dar este agravată de depresie. Aceasta face aproape imposibilă tratarea cauzei inițiale până când nu se elimină întâi depresia.

De exemplu, copilul poate avea probleme la învățătură și din cauza unor dificultăți neurologice agravate în mare parte de depresie. După ce s-au încercat toate metodele la nivelul școlii și ele n-au avut sorți de izbândă, uneori este descoperită depresia și tratată, dar asta nu se întâmplă prea des. Atunci când depresia este abordată cum se cuvine, problemele de studiu devin la rândul lor vindecabile.

Depresia din copilărie e greu de identificat pentru că simptomele sunt de obicei diferite față de cele ale adulților. Copiii pot avea simptome tipice pentru adulți, cum ar fi tristețea de lungă durată sau irascibilitatea, dar cum de obicei nu sunt capabili să-și exprime sentimentele, depresia este adesea confundată cu comportamentul normal vârstei lor.

Adesea, un părinte neliniștit mă sună să-mi spună că fiica sa (sau fiul) se comportă normal, arată în regulă și totuși nu mai e cea sau cel de altădată. Uneori pare absent, fără un motiv precis. Nu demult, o mamă foarte iubitoare m-a sunat să-mi spună despre fiica ei de 11 ani care în general părea că n-are nimic. Totuși, din când în când, zicea ceva de genul: „De câte ori mă uit la știri, simt că lucrurile se înrăutățesc. Uneori mă întreb dacă viața merită trăită." S-a demonstrat că această fetiță suferea de o depresie moderată. După un scurt tratament cu antidepresive și consiliere, a căpătat altă perspectivă asupra vieții sale.

Nu uitați că depresia poate apărea la orice copil, chiar și la cei care par a avea o situație ideală. Acest lucru este valabil în special la copiii sensibili care sesizează numeroa-

sele aspecte deprimante din lumea noastră. Prin intermediul ştirilor şi al emisiunilor, televiziunea reuşeşte să scoată în evidenţă aceste aspecte, în special pentru copiii noştri. Părinţii înţelepţi îşi vor proteja copiii pe cât se poate de acest bombardament cu informaţii deprimante. Fiecare copil în parte trebuie expus unor influenţe cât mai pline de afecţiune şi optimism spre a-l stimula pe cât posibil.

Recunoaşterea şi tratarea depresiei

Simptomele depresiei

Toţi părinţii trebuie să înţeleagă depresia care poate apărea la vârsta copilăriei, pentru că ea afectează dezvoltarea copilului în foarte multe feluri. Am subliniat deja dificultăţile de identificare a depresiei la copii; şi totuşi sunt multe semnale care pot sugera prezenţa acestei depresii. Adesea prima manifestare depresivă constă în probleme cu învăţătura. Asta pentru că majoritatea simptomelor depresive afectează rezultatele şcolare. Iată o listă cu mare parte dintre aceste simptome. Când copilul afişează mai multe dintre aceste simptome, este posibil ca depresia deja să se fi instalat.

1. *O capacitate mai mică de concentrare a atenţiei.* Depresia poate foarte uşor să fie confundată cu tulburarea deficit de atenţie (ADD). De asemenea, majoritatea copiilor cu ADD sau ADHD (tulburarea hiperactivitate/deficit de atenţie) suferă de depresie. Aşadar, depresia poate imita doar stările ADD/ADHD sau chiar le poate agrava. În majoritatea cazurilor de ADD/ADHD depresia trebuie tratată împreună cu alţi factori perturbatori. Depresia în sine însă poate şi ea să producă serioase probleme cu învăţătura.

2. *Scăderea puterii de concentrare.* Copilul care poate fi ușor distras este incapabil să-și fixeze gândurile asupra lucrurilor pe care le are de făcut. Astfel se creează premisele următorului simptom.

3. *Visatul cu ochii deschiși.* Mintea copilului are tendința să hoinărească, izolându-se în tot felul de fantezii, ceea ce îl va face să fie și mai puțin prezent.

4. *Plictiseala.* Pe măsură ce copilul este tot mai cuprins de visatul cu ochii deschiși are dificultăți în a fi atent și treptat își pierde interesul pentru lucrurile care până atunci l-au preocupat.

5. *Scăderea energiei.* Mult prea des părinții pun acest simptom pe seama lipsei de somn, a unor activități prea intense sau chiar a unei boli ușoare. Și totuși, depresia poate distrage un copil și îl poate vlăgui de energie, determinându-l să-și piardă orice interes în a mai stabili vreo relație cu ceilalți.

6. *Comportamentul inadecvat.* Acest simptom de obicei este asociat oricărei alte cauze în afară de depresie. Independent de cauză, depresia poate foarte ușor să agraveze acest comportament inadecvat. De exemplu, un comportament nedorit provocat de un rezervor emoțional gol va fi înrăutățit de depresia care decurge din această situație. Câteva exemple tipice de comportament inadecvat datorat depresiei constau în ieșirile inacceptabile în timpul cursurilor, agresivitate față de colegi, comportament regresiv, cum ar fi udatul patului în timpul somnului sau vorbitul asemeni copiilor mici.

7. *Tristețea prelungită*, dincolo de reacția normală la veștile proaste sau la evenimentele care tulbură. În mod ciudat, acest simptom este adesea absent chiar și în plină depresie.

8. *Mânia.* Veți fi surprinși să aflați că depresia produce mânie. Ea poate agrava o problemă deja existentă în această

direcție. De câte ori copilul își stăpânește greu mânia trebuie luată în calcul și posibilitatea de a fi vorba de depresie.

9. *Anxietatea.* Când copilul este dominat de anxietate, de neliniști, depresia trebuie luată în considerare ca posibilă cauză. Anxietatea îl poate face pe copil vulnerabil la depresie, tot așa cum și depresia poate produce stări de anxietate. Indiferent de vârstă, există o strânsă legătură între anxietate și depresie.

10. *Izolarea.* Copilul nu mai vrea să aibă de-a face cu ceilalți, nici măcar cu prietenii de la școală. El pare că se îndreaptă cu pași mari spre o izolare totală.

Tratarea depresiei și sistemul actual de îngrijire

Această nouă metodă domină actualmente sistemul de sănătate american. A devenit ceva extrem de frecvent în diverse familii, în primul rând pentru că reprezintă o economie din punct de vedere financiar. Și totuși, a devenit dificil pentru părinți să obțină o evaluare a copilului în privința eventualelor probleme psihologice. Chiar și în cazul unor boli mintale grave și cunoscute este extrem de greu să obții colaborarea unei companii de asigurări care să plătească o evaluare psihologică sau psihiatrică. Dar începerea unui tratament înaintea unei asemenea evaluări e ca și cum i-ai cere unui chirurg să opereze înainte să facă radiografii. Rezultatul a fost o utilizare greșită sau exagerată a medicamentelor.

Inițial, pediatrii puteau să evalueze copilul pentru a determina dacă realmente suferă de tulburarea hiperactivitate/deficit de atenție și dacă era într-adevăr indicată o medicație psihostimulentă. În lipsa unei asemenea evaluări, mulți pediatri prescriu asemenea medicații doar pentru că mamele sau profesorii folosesc cuvântul „hiperactiv".

Aceeași problemă există și în privința detectării și tratării depresiei la copii. Cum poate afla un pediatru care este adevărata stare mintală a copilului fără o evaluare corectă? Ca urmare, depresiile la copii sunt rareori luate în calcul; chiar și atunci când sunt luate în calcul se prescrie un antidepresiv fără indicații amănunțite sau o urmărire atentă a tratamentului. În ultimii câțiva ani, am pierdut aproape tot ce câștigase domeniul sănătății mintale prin munca atâtor oameni dedicați din această țară. Datorită noului sistem, practic nu mai există un sistem instituționalizat de rezolvare a problemelor de sănătate mintală, mai ales la copii.

Eșecul acestei modalități de abordare a afectat și cea mai importantă zi din viața oricărui copil — prima zi de școală. Dacă respectivul copil are potențiale probleme psihologice sau de învățătură și ele nu sunt corectate sau echilibrate înainte să ajungă în clasa întâi, copilul va avea probleme în toți anii care urmează. Înainte ca declinul domeniului sănătății mintale să devină ireversibil, am recomanda cu tărie ca fiecare copil să fie supus unui examen psihologic complet și de testare a potențialului anterior intrării sale în clasa întâi. În acest fel suntem capabili să identificăm aproape orice potențială problemă cu care copilul se poate confrunta, corectând-o sau asigurându-ne că ea va fi tratată cum se cuvine. Când asemenea probleme rămân nedetectate, mai mult ca sigur că sfârșesc cu urmări tragice pentru copil și părinți.

Continui să vă recomand din tot sufletul o evaluare completă a fiecărui copil în parte, deși știu care sunt dificultățile cu care se confruntă majoritatea părinților. Cum cele mai multe companii de asigurări nu plătesc un asemenea examen medical, iar psihiatrii specialiști competenți, precum și psihologii pe probleme de minori au mari probleme financiare, arta evaluărilor psihologico-școlare pentru copii dispare tot mai rapid. Soluția pe care aș

sugera-o este găsirea unor evaluatori care sunt pe cale de dispariție, dar care ar putea să ofere copilului vostru o asemenea evaluare chiar dacă va trebui să plătiți din buzunar pentru ea. Cel mai important avantaj în această situație este că veți putea să puneți bazele unui plan precis în privința viitorului educațional al copilului. Dacă se constată anumite tendințe spre ceva probleme în această direcție, veți ști exact care sunt ele și vă veți putea ocupa de ele.

Pentru părinții cărora li se pare imposibil să obțină o asemenea evaluare am o soluție pe care n-aș fi crezut niciodată că am să o spun sau chiar s-o scriu. Și totuși, având în vedere restricțiile pe care le pomeneam mai înainte, nu am încotro. Nu vă temeți să dați copilului un antidepresiv cum ar fi Prozacul sau un psihostimulent cum ar fi Ritalinul dacă pediatrul constată anumite simptome și vă prescrie aceste medicamente. Prefer ca respectivul copil să nu aibă realmente nevoie de medicamente și să le ia, decât să aibă nevoie și să fie lipsit de ele.

Situația nu este atât de dramatică pe cât pare, atâta vreme cât medicamentele sunt relativ sigure și au puține efecte secundare. Nu am întâlnit cazuri în care Ritalinul sau alt antidepresiv inhibator de serotonină (SSRI) să dăuneze vreunui copil; în schimb am văzut nenumărați copii care au fost pentru totdeauna afectați de lipsa acestei medicații atunci când aveau mai mare nevoie de ea.

Rolul vostru crucial

De câte ori vă confruntați cu temeri, neliniști sau posibile depresii, trebuie să nu uitați că dețineți cea mai mare influență asupra copilului, indiferent de vârstă. Știm că, de obicei, copiii care suferă de depresii, spre deosebire de colegii lor, au cel mai adesea părinți care le creează acel sentiment de vinovăție, sunt mult prea autoritari, îi resping sau

se arată dezinteresați de ei. Tocmai acestea sunt atitudinile și comportamentele pe care trebuie să le evitați.

Este de o importanță capitală să mențineți pline rezervoarele emoționale ale copiilor voștri, formându-i și protejându-i în funcție de nevoile lor cele mai importante și știind când și cum să le acordați o mai mare independență, încetul cu încetul. Indiferent ce v-ar spune ceilalți, nu uitați că voi sunteți principalul factor de influență în viața copiilor voștri și că voi vă aflați la manșă atunci când trebuie luate hotărâri în privința existenței lor. Aveți forța și răspunderea de a vă ocroti copiii de influențele negative și nefaste ale societății și de a le oferi ceea ce le trebuie cel mai tare. Nimeni altcineva nu le poate asigura forța necesară unei vieți întregi și care reprezintă baza unei existențe fericite și utile.

BCU IAȘI/CENTRAL

10
MOTIVAREA COPILULUI

Învață-ne, Doamne, să facem lucrurile mărunte de parcă ar fi importante, ca însemn al măreției lui Iisus care la rândul său le face în noi și trăiește alături de noi; iar pe cele importante să le facem de parcă ar fi neînsemnate și simple, ca însemn al atotputerniciei Sale.

BLAISE PASCAL

Una dintre întrebările pe care mi le pun adesea părinții este: „Cum îmi pot motiva copilul?" Această întrebare este îndreptățită, pentru că motivarea este unul dintre factorii determinanți în privința progreselor copilului.

Deși putem spera că și copiii noștri ar putea să se automotiveze și să-și asume răspunderea fără sprijinul nostru, știm că probabil nu se va întâmpla așa. Pe de altă parte, sperăm să nu avem copii care să înnebunească pe toată lumea cu nesfârșitele lor justificări pentru promisiunile și îndatoririle neîmplinite.

Majoritatea copiilor se află între aceste două extreme și au tendința să fie mai motivați în anumite direcții decât în altele. Nivelul lor personal de motivare are o oarecare legătură și cu aptitudinile lor firești, dar și cu atitudinile lor personale. El poate fi afectat de gradul de sănătate și de energie și categoric este influențat de modul în care a fost crescut.

Motivația este un subiect complex, drept pentru care părinții ar face bine să încerce să-l înțeleagă. Pentru că nu este vorba doar de motivarea copiilor voștri, ci și de *felul în care* sunt motivați — pozitiv sau negativ. Toți copiii sunt motivați, dar vrem să fie motivați de ceea ce trebuie și cum trebuie.

Despre motivație

Nu se poate descoperi ce anume îi motivează pe copiii voștri într-un curs intensiv. Trebuie mai întâi să înțelegeți cum sunt motivați de obicei copiii și în ce fel le puteți insufla voi, ca părinți, o motivare corectă.

Motivații conștiente și subconștiente

Să începem cu faptul că la toată lumea există *motivații conștiente* și *motivații subconștiente*. Constatăm la copiii noștri motivații pozitive, dorința lor de a plăcea și de a se purta frumos cu ceilalți. Asemenea motivații decurg dintr-o educație pozitivă, prin care copiii și-au dezvoltat o părere sănătoasă despre sine și o conștientizare pe măsură, precum și iubirea și respectul față de ceilalți. S-ar putea să constatăm motivații subconștiente negative atunci când copilul dorește să îi supere pe alții, mai ales pe cei care reprezintă autoritatea, refuzând să facă exact ceea ce se așteaptă pe drept cuvânt de la ei. Acesta este un comportament pasiv-agresiv.

Există multe neînțelegeri în privința motivațiilor noastre; majoritatea oamenilor cred că viața lor este determinată de decizii raționale, bine gândite și conștiente. Ce n-aș da să fie așa! Adevărul este că făgașul pe care o apucă viața cuiva și deciziile sale sunt în mare măsură determinate de motivații subconștiente pe care nu le poate detecta. Nefiind conștient de aceste motivații, el presupune că își determină viitorul printr-un proces rațional de gândire. Până când... până în ziua în care se trezește total dezorientat și se miră cum de a ajuns în această situație. El detectează evenimentele din ultimii ani și încearcă să descopere cum de s-a ajuns aici.

Unele motivații subconștiente sunt influențate genetic prin diverse trăsături de caracter — cum ar fi timiditatea și sociabilitatea. Totuși majoritatea motivațiilor subconștiente

sunt determinate de experiențele din primii ani de viață. Aici părinții au un rol extrem de important asupra motivațiilor subconștiente. Aceste motivații subconștiente influențează felul în care simțim și gândim. De aceea pot determina în cea mai mare măsură deciziile noastre, în special pe cele majore cum ar fi unde trăim, cu cine ne căsătorim, ce muncim, ce prieteni avem și în ce activități ne implicăm.

Cu toții avem niște motivații subconștiente, unele bune, altele negative. Evident, cu cât avem mai multe motivații subconștiente pozitive și mai puține negative, cu atât mai bine, pentru că vom deține un mai mare control asupra existenței noastre. Vom dori să oferim copiilor noștri motivații pozitive, inclusiv motivațiile pozitive subconștiente.

Dorințe și atitudini

Atunci când analizăm cum este motivat un copil, știm că părinții joacă un rol major în acest proces. Principalul factor motivator este dorința copilului. Când copilul dorește să facă sau să aibă ceva, el este motivat. Acest lucru este pozitiv dacă dorește ceva ce se cuvine. Firește că părinții vor ca dorințele copilului să fie preponderent pozitive. Dar dacă dorințele presupun să facă sau să fie ceva ce nu se cuvine, părinții trebuie să învețe copilul să facă exact ceea ce este corect, indiferent de sentimentele lui.

Ați observat cât de mare este legătura între motivație și sentimente? Sentimentele unui copil față de ceva determină atitudinile sale. Dacă are sentimente pozitive în legătură cu asumarea răspunderii de a face ceea ce este corect, înseamnă că ele sunt bine motivate. Dacă însă sentimentele sunt negative în privința asumării răspunderii, înseamnă că ele sunt slab motivate. De aceea, trebuie să ne formăm copiii astfel încât să se simtă bine atunci când fac sau sunt ceea ce se cuvine.

Soția mea este persoana cea mai pozitiv-motivată din câte cunosc. Pat este foarte motivată în practic tot ceea ce se cuvine. Se simte bine când ajută pe cineva, când sprijină pe cineva, când își asumă răspunderile sau când își îndeplinește proiectele. Se poate pune bază pe ea și cu siguranță va acționa fantastic, ducând până la capăt toate lucrurile în care se implică. De aceea este aleasă mereu să facă parte din comisii, consilii și alte forme de conducere cum ar fi cele privind învățământul și orice altă formă de consultanță. Dorința lui Pat și motivația ei de a face totul bine provin din interior. Nu așteaptă până în ultimul moment și nici nu trebuie să fie strânsă cu ușa pentru a fi motivată. Ea este capabilă să facă bine lucrurile pentru că ducerea lor la bun sfârșit reprezintă o experiență plăcută pentru ea.

Eu însă nu sunt la fel de automotivat în acest fel minunat cum este cazul ei. Ca să mă apuc de ceva trebuie să fiu presat mai întâi, și apoi adesea nu-mi place să se exercite presiuni pentru că îmi creează neliniști. Mă tem mereu că nu voi face treabă bună, ceea ce mă tensionează și mai tare.

Din fericire, cei trei copii ai noștri au reușit să se motiveze la fel ca Pat. Viața este mult mai agreabilă pentru cei care au sentimente plăcute atunci când trebuie să se confrunte cu răspunderile vieții.

Dar pentru cei care au probleme în a fi prompți în privința obligațiilor de viață, aceasta le devine o povară. Acest lucru este mult prea frecvent actualmente cu majoritatea celor cărora le este foarte greu să-și asume obligațiile, pentru că au fost motivați în copilărie prin presiuni excesive, răsplată imediată, amenințări, pedepse sau sentiment de vinovăție. Nu au fost niciodată învățați să fie motivați pentru simpla plăcere de a se simți bine față de ceea ce fac sau de a-i face pe alții să se simtă bine ori doar să-i ajute.

În schimb, ei reacționează la motivații cu caracter egoist și în propriul interes.

O mare diferență ce apare între aceste două categorii de persoane constă în nivelul lor de optimism. În cartea sa *Inteligența emoțională*, Daniel Goleman spune următoarele despre optimism:

> Optimismul, ca și speranța, înseamnă un orizont de așteptare conform căruia în general lucrurile se rezolvă până la urmă în viață, în ciuda obstacolelor și frustrărilor. Din punctul de vedere al inteligenței emoționale, optimismul este o atitudine care îi împiedică pe oameni să nu cadă în apatie, deznădejde sau deprimare într-un moment mai dur. Împreună cu ruda sa apropiată speranța, optimismul aduce câștiguri de-a lungul existenței (sigur cu condiția ca să fie un optimism realist; un optimism prea naiv poate fi dezastruos).
> Optimiștii consideră că un eșec se datorează unei situații care poate fi schimbată așa încât data viitoare vor reuși, în vreme ce pesimiștii se învinovățesc pentru eșec, atribuindu-l unor trăsături ce nu pot fi schimbate și în fața cărora se simt total neajutorați.*

Goleman spune că, deși una dintre cauzele perspectivei pozitive sau negative asupra vieții o poate constitui firea persoanei, experiența are un mare aport la felul în care percepem viața. Putem învăța să fim optimiști atunci când devenim competenți în momentele de cumpănă. „Convingerile oamenilor în legătură cu capacitatea lor au un enorm efect asupra acestei capacități în sine... Cei care se simt extrem de eficienți își trag această sevă dintr-un eșec trecut; ei abordează lucrurile gândindu-se cum să le

* Daniel Goleman, *Inteligența emoțională*, București, Curtea Veche Publishing, 2001, p. 115.

rezolve, și nu făcându-și griji în legătură cu ceea ce s-ar putea întâmpla rău." *

Motivarea prin puterea exemplului

Cum experiențele de viață au asemenea forță motivatoare, cadrul în care sunt crescuți copiii contează enorm, având un impact profund. Ca părinți, voi sunteți factorul primordial în stabilirea acestui cadru. Felul în care abordați propriile voastre probleme de viață constituie o cale eficientă de a-l învăța pe copil să fie motivat corect.

Am constatat că majoritatea au tendința să abordeze motivarea la fel ca și educația copilului: ei cred că felul în care sunt motivați este cea mai bună cale și încearcă să le transmită și copiilor aceeași idee. Pentru că vă doriți de fapt să aveți niște copii motivați pozitiv, este extrem de important să înțelegeți că s-ar putea ca aceasta să nu fie cea mai bună cale. Indiferent care ar fi experiența voastră din trecut sau firea voastră, veți dori să dați copilului un exemplu care să fie demn de urmat, onorabil, inclusiv în felul în care vă satisfaceți obligațiile. Dacă el vă va percepe drept o persoană destinsă, pozitivă, implicată, agreabilă și consecventă, va dori să devină la fel. Dacă vă va vedea că vă plângeți mereu și că vă amânați cât puteți îndatoririle, va dori să vă urmeze exemplul.

Cum exemplul pe care îl dați este extrem de important pentru copil, veți dori probabil să-l întăriți făcând acel lucru care mai presus de toate îl va determina să vă urmeze stilul — vă veți comunica permanent iubirea față de el. Cu cât se va simți mai iubit necondiționat, cu atât vă va urma mai lesne exemplul. Cu cât copilul este motivat de exemple conștiente și pozitive preluate din experiența de viață, cu atât va fi mai puțin motivat să le preia pe cele negative ale subconștientului.

---

* *Ibid.*, p. 117

Ani de zile am lucrat la programul Head Start arătându-le profesorilor cum ar putea să mențină plin rezervorul emoțional al copiilor. Adesea câte un cadru didactic îmi arăta un copilaș de 3 anișori care suferea de anxietate și frică tocmai din cauza lipsei de afecțiune din partea adulților. În asemenea cazuri, eu îi propuneam ca mai întâi să-l învețe ceva pe copil, stând față în față, la aceeași masă, să zicem. După care îi propuneam să ia copilul în brațe și din când în când să-l privească în ochi. Categoric copilul este mai atent atunci când e ținut în brațe. Înțelege mai bine și pare că învață mai mult. Ce se întâmplă de fapt? Copilul învață mai bine atunci când nevoile sale emoționale sunt satisfăcute. Satisfacerea acestor nevoi l-a făcut pe copil să uite de temerile și neliniștile sale, sporindu-i sentimentul de siguranță și încredere. Aceasta i-a dat posibilitatea să învețe mai bine.

Dacă acest lucru se poate întâmpla în urma unui simplu contact cu un dascăl, imaginați-vă ce se petrece atunci când acasă copilul are niște părinți iubitori.

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

Motivația subconștientă și violența

La sfârșitul anilor '90, s-au intensificat atacurile armate în școli, lucru care m-a alarmat și m-a tulburat în egală măsură, mai ales că mi-am dat seama, ascultându-i pe toți cei care discutau despre incidente, că de fapt nu înțelegeau tragedia acestor copii. Mai mult, unii specialiști în domeniul sănătății mintale scot din burtă tot felul de argumente, dând vina pe părinți, pe arme, pe faptul că respectivii sunt respinși de colegii lor, pe organizarea în bande și pe violență — respectiv violența la televizor, pe Internet, în filme și în muzică. Pentru mine toate astea nu au nicio logică. Japonia și Hong Kong-ul au mult mai multă violență prin intermediul mijloacelor de comunicare de masă. Numeroși copii vin din medii mult mai proaste și au părinți cu

mult mai puține posibilități decât cei care se implică în asemenea atacuri armate. Până și reprezentanții siguranței în școli afirmă că mulți alți tineri păreau mai îngrijorători și mai turbulenți decât atacatorii propriu-ziși. Și atunci, care ar fi răspunsul?

Sigur că toate cauzele menționate aparțin problemei per total și totuși cea care declanșează fapta este *motivația subconștientă*; în cazul dat, mânia. Cheia în privința înțelegerii felului în care funcționează mintea atacatorilor constă într-o bună pricepere a modului în care se dezvoltă mintea tinerilor în raport cu abordarea mâniei și cum, fără o pregătire corectă de control asupra mâniei, în final se ajunge la dezastru. Pentru prima dată în istorie, am ajuns la acea fază critică de influență negativă în masă fără să existe o contrapondere a valorilor pozitive împărtășite de societatea noastră.

Părinții trebuie să înțeleagă că ei îi pot cel mai bine influența și forma pe copii pentru a-și stăpâni mânia. Cei care au comis acte violente în școlile publice din Colorado, Oregon, Arkansas și din alte locuri erau formați aparent de medii nefaste și nu fuseseră învățați să-și stăpânească mânia cu maturitate. Ca adolescenți, își manifestau mânia într-un mod primitiv și pasiv-agresiv, firesc pentru etapa prin care treceau. Desigur, în exterior păreau suficient de normali încât nimeni să nu bănuiască urmările dramatice.

O parte dintre copiii care par ciudați și se comportă straniu acționează astfel din pricina unor impulsuri pasiv-agresive. Autorii măcelurilor își țineau mânia ascunsă într-o oarecare măsură și față de ei înșiși. Aceasta înseamnă că nu erau motivați conștient, ci subconștient. Un om trebuie să fie motivat subconștient pentru a înfăptui asemenea gesturi anormale. Un asemenea barbarism presupune un raționament ilogic de tipul mâniei subconștiente. Dacă nu învățăm să înțelegem complexitatea

acestor motivații subconștiente, ca societate nu vom fi capabili niciodată să le abordăm în mod eficient.

Stăpânirea comportamentului copilului

În capitolul 4, am discutat despre cele cinci căi de stăpânire a comportamentului. Două dintre ele sunt pozitive, două negative și unul neutru. E bine să nu uităm acest lucru, pentru că sentimentele agreabile sunt cei mai sănătoși factori motivanți, cu condiția ca aceste sentimente agreabile să funcționeze în privința călăuzirii copilului spre bine. De aceea formarea trebuie să fie cât mai pozitivă și mai agreabilă. Și tot de aceea pedeapsa nu trebuie să fie principala punte de legătură cu copilul.

Acest concept extrem de important de utilizare a modalităților pozitive de control asupra comportamentului copilului este exact opusul a ceea ce învățăm actualmente din anumite surse creștine. Dacă se stabilește o legătură cu copilul bazată în special pe partea negativă, cum ar fi pedeapsa corporală, în final, copilul își va forma niște motivații subconștiente pentru a face exact contrariul față de ceea ce încercați să-l învățați. Totuși, dacă veți folosi mai ales căile pozitive pentru a stabili o legătură cu el și a-l forma astfel, el, în subconștientul său, își va dori să vă fie pe plac. El primește astfel o motivație subconștientă pozitivă.

Cât mi-aș dori ca toți părinții să înțeleagă acest lucru! Această lipsă de înțelegere este unul dintre principalele motive pentru care niște persoane minunate care trăiesc într-un mediu foarte avantajos formează copii cu probleme dintre cele mai îngrozitoare. Uneori, mă descurajez când văd atât de mulți copii din familii creștine aparent bune care au ajuns să aibă probleme grave ce le-ar putea distruge viața. Părinții le vor de obicei binele și se lasă influențați de filozofia creștină, folosind însă o educație

reactivă. Ei au fost convinși că trebuie să folosească mijloace negative de stăpânire a comportamentului copilului și nu au reușit să satisfacă nevoile emoționale ale acestuia. Educația părintească reactivă duce la mai multe tipuri de motivații subconștiente reactive, inclusiv la comportamentul pasiv-agresiv. Această atitudine anti-părinți, anti-figuri ale autorității, anti-Dumnezeu aproape că întotdeauna rezultă din acest tip de educație. În marea majoritate a cazurilor, părinții nu înțeleg cum de s-a întâmplat o asemenea tragedie chiar la ei acasă. Și-au crescut copiii așa cum au fost învățați de diverși „experți" creștini. Copiii păreau că se descurcă bine în primii ani, când metoda consta într-o formă de disciplină foarte severă. După care, așa cum era și firesc, s-au revoltat împotriva autorității legitime pe măsură ce au trecut anii.

Educația reactivă a avut niște consecințe dezastruoase în cadrul familiilor creștine din ziua de azi. Neînțelegând adevăratele nevoi ale copiilor, părinții reactivi au preferat o educație aspră, orientată spre o disciplină exagerată și au văzut ulterior cum copiii lor au adoptat atitudini și valori împotriva părinților, autorităților, a lui Dumnezeu chiar.

Stăpânirea comportamentului și a motivației

Cum motivația subconștientă este influențată în mare măsură de felul în care stabilim legătura cu copiii noștri, să recapitulăm cele cinci modalități de control asupra comportamentului copilului discutate în capitolul 4. De data aceasta ne vom referi la pregătirea și disciplinarea în strânsă legătură cu motivația.

- Cerințele sunt calea pozitivă de control asupra comportamentului. Ele diminuează mânia copilului și asigură un sentiment pozitiv în suflet. O cerință înseamnă de fapt: „Respect faptul că ai și tu sentimentele tale."

De asemenea mai înseamnă și că: „Respect faptul că ai și tu părerile tale în această privință" și cel mai bine este să îi spuneți copilului: „Te rog să faci asta pentru că vreau să-ți asumi răspunderea propriului comportament." Atunci când furnizați o asemenea bază, practic îl ajutați pe copil să se maturizeze din punct de vedere emoțional și psihologic. Îi oferiți acel atribut neprețuit care ne lipsește tot mai mult în societatea de azi — asumarea răspunderii comportamentului personal.

- Ordinele sunt modalități negative de control asupra comportamentului. Da, uneori trebuie să folosiți și această cale când nu reușiți cu binele, dar trebuie să nu uitați că un ordin este un mesaj verbal negativ. Ordinele de obicei trezesc mânia la copil, pentru că sugerează că: „Nu-mi pasă ce simți sau ce părere ai și nu mă aștept să-ți asumi răspunderea pentru propriul tău comportament. Vreau doar să faci cum spun eu." Toate acestea pot trezi un resentiment mocnit în copil pentru că nu există niciun fel de sprijin afectiv sau emoțional. Un regim permanent care să nu cuprindă decât ordine categoric că nu va duce la formarea unei persoane mature, mai ales în privința motivațiilor. Părinții care dau tot timpul ordine ar trebui să încerce să discearnă mai întâi de ce copiii nu răspund la simple doleanțe. Primul loc în care trebuie să vă uitați ar fi rezervorul emoțional al copilului.
- O ușoară manipulare fizică este o altă modalitate pozitivă de control asupra comportamentului copilului. Asta înseamnă îndreptarea copilului spre ceea ce doriți să facă. Dacă veți proceda cu multă grijă, nu se va ajunge la sentimentele negative trezite de obicei de ordine și pedepse. Manipularea fizică este eficientă mai ales la copiii mici. Totuși, poate fi folosită foarte frumos și cu cei mai mari. De exemplu, pe un tânăr

adolescent îl poate supăra așa de tare ceva încât e mai bine să-l scoateți dintr-o încăpere în care mai sunt și alții, pentru a-i îngădui să se calmeze înainte de a trece la alte măsuri. Trebuie să faceți totul însă cu mult tact. Mutarea copilului dintr-o încăpere într-alta de obicei înseamnă că-l luați de braț sau de umeri sau că îl împingeți ușor în direcția în care vreți să ajungă. Pe măsură ce-o faceți, îi puteți spune: „Hai să mergem dincolo și să stăm puțin de vorbă." Dacă respectivul copil a fost crescut printr-un contact fizic afectiv suficient de amplu și este obișnuit cu o asemenea abordare, situația poate fi dezamorsată printr-o simplă manipulare fizică. Odată ajunși în cealaltă cameră, puteți discuta ce anume îl supărase.

- Pedeapsa este modalitatea cea mai nefastă de a controla un comportament. Dacă este administrată cu prea multă blândețe sau cu prea multă indulgență, motivația copilului va fi influențată negativ. El nu va reuși să înțeleagă consecințele, deci nu va fi suficient de motivat ca să facă întotdeauna ceea ce se cade. Dacă pedeapsa este prea severă, va purta pică părinților și probabil că totul se va transforma într-o atitudine anti-autoritară. Toate acestea reduc posibilitățile părinților de a mai putea oferi acea motivație pozitivă pe viitor.
- Modificarea comportamentală este o modalitate de control care trebuie utilizată cu discernământ. Frecventa utilizare a acestui mijloc concentrează atenția copilului pe răsplata imediată de tipul „Eu cu ce mă aleg?" Întâlnim foarte des această atitudine la tinerii din ziua de azi care vor de multe ori ceva fără să facă nimic și așteaptă răsplată pentru cel mai mic efort. Părinții ar trebui să folosească modificarea comportamentală atunci când este cazul și cât mai rar.

Motivațiile subconștiente negative

Ca să fii motivat îți trebuie energie. În cazul în care aproape toată energia copilului este utilizată în mod inutil pentru a se adapta motivațiilor subconștiente negative, el va fi insuficient motivat și nu va mai avea destulă energie pentru motivațiile pozitive care duc la reușită și împlinire. Totuși, dacă un copil nu se limitează la folosirea energiei doar pentru abordarea motivațiilor subconștient negative, atunci va putea să se dezvolte așa cum ar trebui. Când părinții oferă copilului ceea ce trebuie din punct de vedere emoțional, el devine motivat pozitiv și-și dorește să intre în voia autorității legitime, să-i ajute pe ceilalți, să facă exact ceea ce se cuvine și să fie un bun cetățean. De asemenea va dori să fie o persoană cu o anumită morală și integritate, devenind un bun creștin, iubitor și atent precum Mântuitorul.

Pornind de la toate aceste rezultate pozitive, ar părea firesc ca părinții să se concentreze pe motivațiile pozitive. Tristul adevăr este însă că mulți părinți contribuie la formarea motivațiilor negative subconștiente ale copiilor lor. Trebuie să analizăm care sunt de fapt motivațiile negative cel mai des întâlnite.

Agresivitatea pasivă

Agresivitatea pasivă este motivația subconștientă cea mai nocivă pe care o poate avea cineva. Ea stabilește un fel de subînțeles pentru aproape orice alt tip de motivație. Indiferent de ambițiile persoanei respective și de visele sale, abordarea mâniei prin agresivitate pasivă va acționa indirect împotriva respectivului. Consider că acesta este cel mai puternic potențial impediment în viața oricui.

Dovedirea valorii personale

Când copilul simte nevoia să-și dovedească valoarea pentru a câștiga iubirea părinților, înseamnă că se află într-o situație deplorabilă și demnă de milă. Mulți copii nu-și satisfac niciodată setea de afecțiune părintească și nevoia de a fi acceptați, indiferent cât de mult ar trăi.

Tragedia vine din faptul că majoritatea părinților își iubesc de fapt copiii, dar nu sunt în stare să își manifeste iubirea. Unul dintre motive este că nu și-au iubit niciodată necondiționat copiii și nu au reușit să le satisfacă nevoile emoționale. Lipsindu-le această bază fundamentală, copiii își petrec restul vieții dominați de emoții negative și dăunătoare.

Sentimentul de vinovăție

Sentimentul de vinovăție ca motivație subconștientă negativă este un pericol în special pentru părinții cu copii timizi, reticenți și ușor de manevrat. Acești copii docili sunt simplu de controlat pentru că au o nevoie profundă de a plăcea. Atunci când simt că nu sunt pe placul unor figuri importante, se consideră ratați și vinovați. În acest caz e ușor pentru părinți să profite de această nemulțumire a copiilor și să folosească sentimentul de vinovăție ca pe o unealtă de control.

Aceasta este o greșeală gravă, căci copiii își vor dezvolta doar motivațiile de autoapărare împotriva temutului sentiment de vinovăție. Astfel ei devin o pradă ușoară pentru persoanele cu mai multă forță și putere de a-i stăpâni. În final, asemenea copii sunt mai înceți la minte, ușor de influențat și incapabili să gândească pentru ei. Astfel devin o pradă sigură pentru influențele nefaste, fiind gata să preia orice imbold spre o faptă nepermisă. Ei simt nevoia să placă și asta adesea îi poate împiedica să fie vreodată mulțumiți de ei sau independenți.

Dacă și copiii voștri doresc să vă fie mereu pe plac și adesea nu se simt în largul lor, atenție: misiunea voastră este tocmai să le insuflați acestor copii un sentiment de siguranță bazat pe iubire și acceptare. Ulterior, ei își vor putea dezvolta în mod firesc aceste trăsături minunate care înseamnă compasiune și iubire față de ceilalți, dorindu-și să facă exact ceea ce se cuvine.

Starea de tensiune

Starea de tensiune este o altă formă de motivație negativă, uneori inconștientă, alteori conștientă. Adesea, părinții pot exercita anumite presiuni asupra copiilor pentru ca aceștia să facă așa cum vor adulții. Uneori chiar este nevoie, dar atenție, asemenea presiuni pot fi dăunătoare.

Presiunile înseamnă folosirea amenințărilor pentru a-i determina pe copii să se apuce de treabă. Ele se pot exercita prin *dezaprobare* care este extrem de dăunătoare pentru copiii mai sensibili și care simt nevoia mereu să fie încuviințați; prin *mânie*, ceea ce este aproape întotdeauna o mare greșeală; prin *pedeapsă sau amenințarea cu pedeapsa*, ceea ce duce la neliniști și teamă din partea copiilor. Neliniștea și teama sunt niște factori motivanți negativi, pentru că îi fac pe copii să devină ineficienți și uneori îi paralizează de-a dreptul.

Părinții care utilizează în mod exagerat această stare de tensiune distrug capacitatea copilului de a reuși să facă exact ceea ce vor ei. Una dintre cele mai mari probleme cu care se confruntă oamenii în diverse activități o constituie anxietatea. Nu este cazul ca părinții să sporească gradul de anxietate a copilului prin exercitarea permanentă a unor presiuni.

Pregătirea copilului pentru învățătură

Copiii se nasc cu setea de învățătură care rămâne mereu la fel de puternică — cu condiția ca adulții să nu-i plictisească, să nu-i bată, să nu-i tensioneze și să nu-i descurajeze în vreun fel. Dacă veți urmări cu atenție cum se joacă copiii, veți constata că aproape permanent încearcă să învețe lucruri noi. În fiecare fază, una dintre principalele căi de a învăța este să-i imite pe adulți. Activitatea care le place cel mai mult este cea în care învață ceva nou. În mod normal copilul *dorește* să învețe. Motivația deja există.

Deși copiii doresc deja să învețe, părinții și profesorii trebuie să nu uite un principiu extrem de important în privința învățăturii: *Pentru ca un copil să fie capabil să învețe bine, el trebuie să fie la nivelul de maturitate emoțională specific vârstei sale.* Maturitatea emoțională înseamnă capacitatea de a-și stăpâni anxietatea, de a face față stresului și de a-și menține echilibrul în momentele de schimbare.

Copiii lipsiți de afecțiune și care nu sunt lesne acceptați de părinți vor fi puțin motivați să accepte efortul învățăturii. Dacă sunt permanent preocupați de stările de anxietate sau de melancolie sau dacă se simt neiubiți, mai mult ca sigur că vor avea probleme în privința concentrării și atenției, iar energia le va scădea permanent. Vor fi categoric tot mai puțin motivați, în special în direcțiile în care de la început nu și-au manifestat un prea mare interes.

Ca părinți, avem rolul principal în a-i ajuta pe copii să fie pregătiți să învețe. Acest lucru putem să-l facem menținându-le rezervorul emoțional plin și formându-i cu dragoste. Copiii care o duc bine din punct de vedere emoțional se vor putea concentra mai ușor, vor fi motivați și vor avea energia necesară pentru a-și utiliza la maximum întreaga capacitate. Este extrem de important să reușim să creăm acea maturitate emoțională a copiilor și nu să îngăduim să rămână în urmă în această privință.

Motivarea copilului pentru asumarea răspunderilor școlare

Pentru a vă ajuta să discerneți momentul în care copilul ar trebui să-și asume răspunderea pentru propriile acte, trebuie să nu uitați un adevăr extrem de simplu: *Două persoane nu-și pot asuma răspunderea simultan pentru același lucru.* Când vă asumați răspunderea pentru ceva, copilul n-o mai poate face. Copilul nu-și poate asuma răspunderea până ce nu-i permiteți asta. Pe măsură ce copilul vostru crește, o să vreți să-l lăsați să se confrunte cu problemele încetul cu încetul, în funcție de vârsta și capacitatea fiecăruia.

Temele pentru acasă reprezintă o problemă tipică pentru majoritatea familiilor. Atâta vreme cât vă asumați răspunderea acestor teme, copilul nu va mai putea și nu o va mai face. Ca urmare, nu va învăța să aibă inițiative. Secretul în privința motivării copilului și păstrării acestei motivații este să i se îngăduie să aibă inițiativă. În procesul de formare a copilului, el trebuie ca treptat să ajungă de la preluarea răspunderii și a inițiativei de către părinte la îngăduirea asumării acestora de către copil. *Când copilul preia inițiativa își asumă și răspunderea. Când își asumă răspunderea este motivat.*

Majoritatea copiilor trec prin perioade în care refuză să-și facă temele. Acest lucru este valabil în special în ceea ce se numește perioada firească agresiv-pasivă în primii ani de adolescență. Chiar și în timpul acestei faze dificile trebuie să înțelegeți că temele intră în atribuțiile copilului care trebuie să-și asume răspunderea lor. Puteți să-i sugerați că ați fi încântați să-l ajutați în cazul în care v-o cere. Când v-o cere, trebuie să evitați să pasați în continuare întreaga răspundere asupra lui.

De exemplu, când copilul are probleme la matematică și vă roagă să-l ajutați, vă uitați în manual, găsiți unde se rezolvă acest tip de probleme, i-l dați și îi spuneți: „Aici

scrie cum se rezolvă acest tip de probleme. Vezi dacă îți e mai ușor așa și spune-mi și mie. Oricum, rămân pe aproape." Când îi oferiți copilului o sursă de informare pentru un posibil răspuns, practic îl învățați să aibă inițiative, să-și asume răspunderea, să aibă încredere în puterile sale și să fie motivat. De asemenea, îi puteți sugera să ceară mai multe explicații profesorului, dacă este cazul.

Dacă v-ați implicat prea mult în temele copilului și acum doriți să-i pasați răspunderea, veți constata o ușoară scădere a notelor. Totuși, capacitatea copilului de a-și asuma răspunderea și de a avea încredere în sine îi vor fi extrem de utile pentru tot restul vieții sale. Pe măsură ce va avea nevoie de cât mai puțin ajutor din partea voastră, puteți să vă petreceți mai multă vreme împreună, explorând alte zone de interes pentru amândoi.

Persoanele foarte motivate care-și asumă inițiativele și răspunderile propriului comportament sunt tot mai rar întâlnite. Aceasta ar fi o minunată moștenire pe care a-ți putea-o oferi copiilor voștri — capacitatea de a se bizui pe sine și de a nu depinde de alții în privința lucrurilor pe care le pot face singuri. Cei mai mulți copii se află în situația în care părinții și profesorii iau inițiativele și apoi își asumă și răspunderea pentru ceea ce aceștia învață. Adulții o fac dintr-o sinceră afecțiune față de copii și cred în mod greșit că ar trebui să facă mai mult pentru ei.

Evident, copiii normali în final se vor răzvrăti împotriva acestui tip de control asupra lor. Ca părinți trebuie să ne ajutăm copiii să progreseze de la faza de control la cea de autocontrol, pe măsură ce devin tot mai maturi. Sigur că nu dorim să grăbim prea mult acest proces, nefiind cazul să oferim o prea mare răspundere copiilor înainte de a fi în stare să judece singuri și să se administreze așa cum se cuvine, dar nici nu trebuie să cădem în celălalt păcat, al unei amânări inutile. Când părinții își impun un control prea mare, practic își spoliază copiii de ceea ce înseamnă

creativitate și entuziasm, și chiar de dorința lor firească de a învăța.

Motivarea copiilor în anumite direcții precise

În capitolul 8, am descris noile descoperiri în privința dezvoltării creierului la copii și adolescenți. Acest lucru are o importanță specială atunci când copiii sunt supuși unor noi activități. Ei vor să încerce tot ce e nou. Problema părinților este că trebuie să-și ajute copiii să identifice sursele și stimulentele cele mai sănătoase. Și pentru aceasta, una dintre soluțiile relativ greu de pus în practică ar fi îndepărtarea de televizor. Jay Giedd, psihiatru de copii la Institutul Național de Sănătate Mintală din Betheseda, Maryland, spunea:

> Adolescenții decid de fapt în ce privință se vor descurca mai bine din punct de vedere mintal — să facă distincția dintre bine și rău, să-și asume răspunderea sau să fie impulsivi, să mediteze sau să joace jocuri video... Asta înseamnă că poți face multe în adolescență. De fapt, tu îți stabilești atunci conexiunile din creier. Vrei să ți-l programezi pentru sport sau pentru cântatul la vreun instrument ori pentru matematică — sau doar vrei să stai pe canapea, în fața televizorului?*

Doar atât de des îi auzim pe mulți lamentându-se că le pare rău pentru faptul că n-au continuat să ia lecții de muzică în copilărie. Ei spun: „Aș fi vrut ca părinții mei să mă oblige să continui studiul." Și totuși, după cum știu foarte mulți părinți, să obligi copilul să facă ceva care-i displace reprezintă o bătălie fără sens. Și atunci, cum poți motiva un copil să se implice în ceva pe termen lung?

* Shannon Brownlee, *Inside the Teen Brain* (*Ce este în creierul adolescentului*), *U.S. News & World Report*, 9 august 1999, pp. 47, 53.

Să zicem că doriți ca un copil să continue lecțiile de pian; trebuie să fiți răbdători și deștepți pentru a-i trezi interesul. Vreți să preia inițiativa. Asta înseamnă că trebuie să-i furnizați cadrul necesar în care să asculte cât mai multă muzică de pian și să aibă cine să o cânte. Lăsați-l pe copil să-și dezvolte dorința de a cânta la pian și apoi așteptați ca el să vă roage să ia lecții. Mai mult chiar, trageți de timp până ce vă imploră să îi luați profesor.

Odată ce copilul chiar își dorește să studieze pianul, puteți să vă comportați ca și cum i-ați face o enormă favoare — ceea ce de altfel și faceți — atunci când cedați acestei dorințe. Atunci e momentul în care puteți obține din partea sa o promisiune că se va ține de treabă, că va exersa și că va învăța cu tot sufletul. Ulterior, când entuziasmul dispare, îi puteți aminti de promisiunea făcută de a merge până la capăt.

Aceasta este singura modalitate sigură de a convinge copilul să se implice pe termen lung — de a-l lăsa să aibă el inițiativa și răspunderea. Dacă preluați voi inițiativa îi preluați și răspunderea, iar pe termen lung copilul probabil că n-o va mai face. Odată ce copilul a avut inițiativa și a început lecțiile de pian, vă aflați într-o situație ideală. Apoi este foarte util să-l încurajați și să-l lăudați. Copilul simte că-l susțineți și nu doar că încercați să-l obligați să facă un lucru pe care voi îl doriți.

Înțelept este să-i oferiți copilului ocazia să-și trezească un interes spre ceva pozitiv și să aibă curiozitatea de a se implica în lucruri de pe urma cărora va avea avantaje o viață întreagă. De îndată ce fiica voastră își manifestă interesul și preia inițiativa, deja ați „agățat-o". Ceea ce urmează nu vă mai privește. Totul depinde de ea. Aproape niciodată nu funcționează sistemul în care obligați copilul la ceva și apoi exercitați diverse presiuni ca să continue pe această linie.

Este necesar să îl încurajați cât mai mult.

Pe măsură ce copilul își manifestă interesul tot mai crescut față de ceva, evitați însă laudele excesive. Prea multă laudă poate fi interpretată de copil ca o modalitate de preluare a răspunderii și știți ce înseamnă asta: copilul își va asuma o răspundere mai mică, mai ales pe măsură ce anii trec. Tot așa cum cei care încearcă mereu să intre în voia copilului îl pot face să devină dependent de laude încă de mic și să-i fie greu când nu este suficient ridicat în slăvi. Apoi, pe măsură ce va crește, se poate totodată să respingă laudele considerând că „e dorința părinților". Trebuie să fie și „dorința mea". Laudele se vor folosi cu moderație astfel încât să însemne ceva pentru copil de-a lungul anilor.

Răsplata imediată poate reprezenta o problemă similară. Ea poate fi eficientă când se folosește doar ocazional, pentru motive foarte precise. Dacă însă se folosește permanent, își va pierde eficiența. Când copilul învață să se aștepte la răsplată, nu va mai fi motivat de ea.

Pe măsură ce vă veți analiza stilul de educație părintească, s-ar putea să constatați că nu există un stimulent suficient pentru copil astfel încât să îi treziți cât mai mult interes pentru lucrurile care i-ar putea îmbogăți viața. Sau s-ar putea să observați că ați făcut prea mult pentru copil, descurajându-l în schimb în privința preluării inițiativelor și a răspunderii personale.

O motivare clară a copiilor presupune cunoaștere și efort, mai ales în perioadele dificile. Sincer sper să aplicați în practică tot ceea ce am discutat în acest capitol. Va trebui să recapitulați aceste idei pentru a învăța arta de a crea copii motivați pozitiv. Cu siguranță însă că până la urmă veți reuși.

Răsplata motivării copiilor voștri — să învețe, să-și ducă la bun sfârșit proiectele, să vină în ajutorul altora — este enormă. Printr-o motivație corectă copilul va reuși să evite multe momente grele și își va dezvolta acea latură a personalității sale care-i va fi de folos pentru totdeauna.

11

ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI CARE TE POT AJUTA SĂ DEVII UN PĂRINTE PROACTIV

De-a lungul acestor mulți ani în care am fost implicat în acordarea de consultanță pentru familii, am întâlnit nenumărați părinți cărora le-a fost de mare folos o abordare proactivă în relația cu copiii lor. Ei au descoperit o nouă bucurie crescândă în legătura cu familiile lor.

Am primit multe întrebări din partea taților și mamelor care nu știau cum ar putea să devină mai proactivi în stabilirea relațiilor lor părinte–copil. Iată-le pe cele mai des întâlnite. Probabil că întrebări similare v-au trecut și vouă prin cap pe măsură ce ați citit această carte.

Sper ca răspunsurile să vă fie de ajutor pe măsură ce încercați să stabiliți o relație mai profundă și mai eficientă în cercul familiei voastre. Răspunsurile vă vor îndrepta pașii spre o educație părintească pozitivă, bazată pe o relație de afecțiune cu copilul, din aceea care vă va pregăti copiii pentru o viață de adult cu asumarea răspunderilor.

1. *Spuneați că atingerea fizică trebuie menținută ca soluție și la vârsta adolescenței, dar fiul meu nu se simte deloc în largul lui în asemenea momente. Ați putea să-mi dați niște sugestii asupra felului în care aș putea menține această legătură fizică și în următorii ani? Sunt într-un impas.*

ROSS: Căutați toate ocaziile prin care puteți stabili un contact fizic cu fiul (fiica) la vârsta adolescenței, chiar dacă ei par mai retrași. Iată câteva momente în care

este mai simplu să se stabilească o asemenea legătură cu orice adolescent:

- Când se întâmplă ceva caraghios, cum ar fi un banc spus de cineva sau un serial TV amuzant. Atingeți-l pe picior în timp ce râdeți împreună; mângâiați-o pe brat pe măsură ce chicotiți și comentați.
- Când adolescentul este supărat și vrea să fie mângâiat.
- Când aveți ceva important de spus, de exemplu o caută cineva la telefon și aștepta de mult s-o sune persoana respectivă. În loc să o strigați țipând, bățeți-o pe umăr, zâmbiți-i și încurajați-o printr-un gest care presupune ce grozavă e, ridicând degetul mare.
- Când un eveniment oarecare devine unul important în ochii copilului. Puteți însoți momentul cu o îmbărbătare pe spate sau o întâlnire a mâinilor cu degetele răsfirate ori printr-o îmbrățișare rapidă — în funcție de ce este mai potrivit pentru vârsta respectivă și pentru sexul copilului.
- Când printr-un gest îi puteți atrage atenția asupra unui lucru. De exemplu, când trece o mașină mai neobișnuită, i-o puteți arăta și în același timp îl puteți lua ușor de mână. Sau când treceți pe un coridor, un asemenea contact fizic este perfect firesc.

Nu e greu să găsești căi de a stabili un contact fizic firesc cu un adolescent. Nu uitați, nu contează dacă va conștientiza sau nu atingerea, pentru că ea urmează același traseu neural la nivelul creierului, respectiv până la hipotalamus, indiferent dacă este sau nu conștient de atingere. Pe parcurs el își va aminti de aceste atingeri și le va aprecia ca pozitive (chiar dacă nu o va mărturisi verbal).

2. *Spuneți că părinții ar trebui să încerce să evite capcana pedepselor. Pentru aceasta sugerați discutarea problemei cu partenerul de viață sau cu un bun prieten pentru a decide pedeapsa corectă în funcție de diversele greșeli. Oare n-ar trebui să aibă dreptul la cuvânt și copilul în privința luării unei decizii?*

ROSS: Când copilul este mic și/sau prea imatur pentru a lua o asemenea hotărâre cu obiectivitate, ar fi nepotrivit să-l lăsați să-și hotărască singur pedeapsa. Totuși, copilul va progresa în capacitatea de a gândi obiectiv și în final de a fi în stare să înțeleagă logica pedepsei, precum și importanța pedepsei în funcție de fiecare greșeală în parte. Pe măsură ce o va face, i se va îngădui treptat să participe în luarea acestor hotărâri. Ca părinți trebuie să vă păstrați întotdeauna poziția autoritară în decizia finală.

Pe măsură ce copilul se apropie de vârsta adolescenței, disciplina și formarea trebuie treptat să-și schimbe punctul de sprijin de la controlul deținut de părinți la încrederea părinților. Privilegiile și libertatea trebuie să depindă de încrederea acordată copilului. Când copilul este mic, vă asumați cea mai mare parte a răspunderilor în privința determinării comportamentului său. În perioada de preadolescență, începe să apară acea dorință de independență și va încerca să aibă un mai mare control și să ia el hotărâri în privința faptelor sale. Ca părinți, trebuie să faceți în așa fel încât tranziția să fie cât mai ușoară.

Măsura în care puteți avea încredere în copil și capacitatea sa de a-și stăpâni comportamentul reprezintă cel mai bun indiciu prin care puteți determina câtă mână liberă îi veți lăsa copilului în a lua hotărâri, luând în calcul și consecințele acestor decizii. V-aș ruga să citiți și cartea mea, *How to Really Love Your*

Teenager (*Cum poți să-ți iubești cu adevărat adolescentul*) pentru o analiză mai amplă a acestui subiect.

3. *De ce credeți că așa de mulți părinți cad în capcana pedepselor?*

ROSS: Unul dintre motive îl constituie faptul că există atât de multe cărți, articole, seminarii, emisiuni radio și adevărați adepți înrăiți ai cauzei pedepsei corporale, ocolind toate celelalte nevoi ale copilului, inclusiv afecțiunea care ar trebui să-i fie dăruită.

Puțini sunt cei care pledează actualmente pentru copil. Și cei mai mulți susțin dogmatic faptul că respectivii copii trebuie imediat pedepsiți pentru comportamentul inadecvat. Ei numesc asta disciplină și recomandă atitudini foarte aspre ca reacție la problemele tineretului din ziua de azi.

Așa cum notam în capitolul 4, sunt interpretate cu totul greșit scrierile din Biblie, în special din *Pildele lui Solomon* 29, 15. Să ne amintim că mai întâi toiagul a fost un instrument de călăuzire și mângâiere (*Psalmul* 22, 5) și nu de pedeapsă corporală. În final, acești adepți ai pedepsei corporale rareori recunosc că există momente când ea poate fi de-a dreptul dăunătoare. Mulți părinți, pornind de la conferințe și seminarii, își formează ideea că pedeapsa corporală este principalul mijloc, dacă nu chiar singurul mijloc, de a stabili o relație cu copiii lor. Acest lucru este extrem de trist.

4. *Spuneți că părinții dispun de foarte multă forță și autoritate. Cum ar putea să se dovedească mai blânzi în reacții și totuși să-și mențină autoritatea?*

ROSS: Blândețea nu este o formă de slăbiciune. Este o modalitate de folosire a autorității și a forței, dar cu maturitate. Blândețea reprezintă o exercitare permanentă a autorității, cu afecțiune și preocupare pentru interesele

copiilor. A fi blajin nu înseamnă a fi îngăduitor. Ca părinte, trebuie întotdeauna să deții controlul.

Iisus și-a folosit puterea pentru a-i îndrăgi pe ceilalți, și nu pentru a-și manifesta nemulțumirile sau autoritatea. Dacă vom proceda cu înțelepciune și vom face în așa fel încât blândețea să fie parte componentă a educației noastre părintești, vom fi pe drumul cel bun al iubirii, mereu alături de copiii noștri; asta ne va determina să nu folosim greșit forța noastră părintească și să nu cădem în capcana pedepselor.

Când sunteți furioși, dar vă abțineți să vorbiți urât sau să țipați, dați dovadă de blândețe. Rămâneți agreabili, dar fermi atunci când vă manifestați puterea. Mențineți-vă autocontrolul și refuzați să cădeți pradă ispitei de a vă descărca nervii pe copii și asta va însemna că practicați blândețea.

De-a lungul anilor această atitudine plină de compasiune ne va scuti de multe suferințe și dureri pe măsură ce dragii noștri ajung la vârsta adolescenței. Acest lucru este valabil în special când copiii noștri au constatat la noi o atitudine asemănătoare cu cea a lui Hristos. Odată ce ajung adolescenți, nu mai aveți aceeași putere și autoritate asupra lor, ca pe vremea când erau mici. Deci trebuie să vă bizuiți tot mai mult pe o relație de iubire și de încredere. Dacă v-ați arătat milоși când copiii erau mici, vă veți bucura de rezultate pe perioada adolescenței.

5. *În labirintul de sfaturi care vin din toate colțurile, cum putem ști exact dacă am apucat-o pe drumul cel bun în privința educării copiilor noștri?*

ROSS: Puteți constata dacă sunteți sau nu pe drumul cel bun analizând motivațiile și prioritățile voastre, precum și atmosfera de acasă. Vă doriți să aveți o relație cât mai deschisă, mai agreabilă și mai iubitoare cu copiii. În

același timp, vreți să învețe să se autocontroleze și să acționeze așa cum se cuvine.

Pentru a dezvolta aceste două puncte vitale în viața copiilor voștri, trebuie să le oferiți două lucruri. Mai întâi, o iubire necondiționată și dăruită așa cum se cuvine. În al doilea rând, o disciplină afectuoasă, ceea ce înseamnă formarea lor cât mai pozitivă. Pregătiți-i prin toate mijloacele de care dispuneți astfel încât să le sporiți încrederea în ei și nu să-i minimalizați ca importanță sau să-i chinuiți. *O călăuzire pozitivă spre un comportament corect este mult superioară unei pedepse negative pentru un comportament greșit.*

Dacă veți constata că relația cu copiii este în principal negativă, concentrată asupra comportamentului nedorit, înseamnă că va trebui să faceți niște schimbări în abordarea educației la modul general, precum și în atmosfera din cămin. Educația care se bazează în principal pe partea negativă și punitivă va duce la rezultate negative. Știu că nu asta vreți de la copiii voștri.

Ei vor să se identifice cu voi. Determinați-i să se simtă în largul lor și invitați-i să reacționeze cât mai pozitiv în relația cu voi.

6. *Aș vrea să-mi explicați ceva mai multe despre această scară a mâniei. Vreți să spuneți că atunci când ajung la pragul de sus — pozitiv, agreabil, în căutarea unei soluții, oare îmi exprim mânia așa cum trebuie? În mod ideal copilul meu de 18 ani ar trebui să se afle în capul scării?*

ROSS: Scara mâniei este o ilustrare vizuală a unor modalități extrem de complexe de comportament la mânie. Stăpânirea mâniei este un proces dificil și de lungă durată. Nimeni nu reușește perfect. De aceea este important să avansăm permanent în capacitatea noastră de a ne stăpâni mânia cu cât mai multă maturitate.

Atunci când spun că m-am așteptat ca și copiii mei să fie capabili să-și stăpânească mânia cu maturitate până să ajungă la 17 ani, aceasta înseamnă că trebuie să fie capabili să se stăpânească în general, printr-o exprimare verbală agreabilă și nu printr-un comportament neplăcut. Nu înseamnă însă că au fost în stare s-o facă tot timpul, ci din contră, că a existat un model de maturizare pe care și l-au însușit în stăpânirea mâniei și pe care au putut să-și bazeze viitorul.

7. *Oare violența de la televiziune chiar îi afectează pe copii? Oare nu-și dau seama deja de diferența între imaginar și realitate?*

ROSS: În vara lui 1999, revista de informații a postului NBC, *Dateline*, a povestit despre patru adolescenți care trăiau într-o comunitate din Florida. La școală și în familie păreau niște copii normali, dar ei s-au organizat într-o bandă pe care au numit-o „Stăpânii Haosului" și au participat la câteva acte violente în orașul lor. După ce au dat foc, au vandalizat și au făcut niște spargeri, au omorât un profesor de la liceul lor.

Acum, după cinci ani, doi dintre băieți au fost invitați de NBC pentru un interviu. Din interviu a fost foarte clar că ei nu distingeau prea bine între imaginar și realitate. Ei acționaseră așa cum văzuseră de obicei la televizor și pe video.

În capitolul 7, am descris o prezentare făcută de David Walsh, în care arăta efectele vizionării unor programe TV de către copiii mici. Walsh le arătase copiilor niște casete cu Barney și apoi cu Power Rangers. După fiecare casetă în parte, copiii imitau ce văzuseră. Părinții întâi s-au amuzat de reacția copiilor și apoi s-au îngrozit de ceea ce s-a întâmplat. Demonstrația a durat doar câteva minute. Vă dați seama de influența pe care o au emisiunile și casetele

violente asupra copiilor noștri atunci când ele sunt vizionate în mod repetat.

Coaliția națională împotriva violenței la televizor susține că în medie fiecare copil din America se uită la cel puțin 200 000 de acte de violență până să ajungă la vârsta majoratului. Un studiu făcut de *TV Guide* a constatat că un copil american obișnuit este expus la aproximativ 45 000 de mesaje sexuale doar în primii ani de viață.* Aceste date provin dintr-o carte excelentă a lui David Walsh, *Selling Out America's Children* (*Trădarea copiilor americani*). Vă implor să citiți această carte plină de informații și provocări inteligente.

8. Internetul oferă o mulțime de site-uri familiale excelente, precum și informații importante pentru copiii și adolescenții noștri. Din păcate însă, nu pot monitoriza permanent la ce se uită ei. Deci cum aș putea să-i protejez de site-urile nedorite sau periculoase?

ROSS: Mai întâi, recurgeți la soluțiile pe care vi le-am dat în capitolul 7 în legătură cu controlul asupra accesului la emisiunile TV și la internet. De asemenea, puteți pune calculatorul într-o zonă centrală a casei, accesibilă tuturor.

În al doilea rând, instalați niște filtre de software pentru trierea conținutului. Aceste filtre sunt programe pe care trebuie să le introduceți pe calculator.

Singurul impediment din acest sistem îl constituie faptul că sunt destul de greu de instalat. Totuși, avantajele sunt mult mai numeroase. De exemplu, puteți configura până la nouă utilizatori, puteți fixa orele în care fiecare are acces la Internet, puteți bloca tastarea anumitor cuvinte — cum ar fi nume și adrese — astfel

* David Walsh, *Selling Out America's Children*, Minneapolis: Farview Press, 1994, p. 52.

încât copiii să nu devină vulnerabili în timpul unei conversații pe *chat*, în fața celor care doresc un contat direct — și puteți restricționa zonele considerate prea riscante.

Puteți apela și la firmele de Internet care oferă acces la rețea, precizându-le exact la care dintre el doriți să fiți conectați. Într-o zi, soția mea Pat lucra pe America Online și dintr-odată s-a trezit că primește fotografii pornografice pe adresa ei de e-mail. Dacă ei i s-a întâmplat asta, sigur că acest lucru se poate întâmpla și multor copii care ar deveni expuși la acest tip de materiale prin simpla utilizare a unei adrese de poștă electronică.

9. *Ați spus că atunci când li s-a cerut prietenilor copiilor dumneavoastră să numească locul preferat unde le plăcea să-și petreacă timpul pe vremea liceului, casa dumneavoastră s-a situat pe poziția a doua după localul unde mergeau să mănânce. Ce-ați făcut ca să vă transformați casa într-un loc atât de agreabil pentru copiii dumneavoastră adolescenți și pentru prietenii lor? Ce alte activități ați recomanda astfel încât adolescenții să dorească să-și invite prietenii acasă fără a însemna neapărat uitatul la televizor sau pe video?*

ROSS: Soția mea și cu mine am început să planificăm adolescența copiilor noștri cu mult înainte, făcând în așa fel încât în casa noastră cea veche să existe un spațiu în care copiii să dorească să-și aducă prietenii. Am mobilat special această încăpere, dotând-o cu o masă de ping-pong și una de biliard.

Pe măsură ce copiii noștri au crescut, am încercat să-mi găsesc timp să le cunosc prietenii și pe părinții acestora. Doream să învățăm tot ce se putea despre ei și problemele lor. A fost ușor de făcut, mai ales cu copiii care mergeau la biserica noastră, dar a trebuit să găsim și alte căi de a-i cunoaște pe ceilalți puști;

ne-am concentrat în special asupra echipelor sportive și îndeletnicirilor extrașcolare.

Când au venit anii adolescenței, le-am dat de înțeles copiilor noștri că ne face plăcere să vină prietenii lor la noi în casă ori de câte ori își doresc. I-am făcut să se simtă bine asigurându-le câte o gustare după diverse partide sau alte întâlniri mai speciale. De câte ori am avut ocazia, am vorbit cu fiecare adolescent în parte. Când au constatat interesul nostru pentru viața lor, mi-au spus tot mai multe despre ei. Chiar și astăzi majoritatea încă mai vin la noi în vizită de câte ori trec prin oraș. Mulți ne trimit scrisori pentru a ne ține în continuare la curent cu ceea ce fac între timp. Ne-am bucurat de prietenia prietenilor copiilor noștri.

Felul în care vă transformați casa în refugiu pentru copii și pentru prietenii lor ar putea diferi de al nostru. Fiți inventivi, dar asigurați-vă că toți copiii se simt bine și în largul lor la voi acasă. Implicați-vă. Împrietenirea cu prietenii lor le dă de înțeles acestor prieteni că țineți la binele copiilor voștri și la binele lor.

10. *Spuneați că un copil lipsit de afecțiune și de acceptare din partea părinților „va fi puțin motivat să accepte dificultățile învățăturii". Oare nu cumva un copil cu un IQ ridicat ori cu o mare curiozitate va continua să învețe și fără asta? În ce măsură iubirea va influența capacitatea sa de a învăța?*

ROSS: Fiecare copil are niște nevoi emoționale, mai ales nevoia de iubire necondiționată, care trebuie satisfăcută pentru ca respectivul copil să învețe bine. Un IQ nu este ceva fix. Pe măsură ce copilul crește și se maturizează din punct de vedere intelectual își poate spori IQ-ul sau dimpotrivă, și-l poate reduce, dacă nu este satisfăcut emoțional așa cum trebuie. Copilul crește și se maturizează și din punct de vedere emoțional.

Dacă nu este satisfăcut emoțional poate da înapoi și poate deveni o persoană imatură.

Același lucru este valabil și în privința curiozității, pentru că ea se va reduce și va dispărea în final dacă nu există un aport emoțional suficient din partea părinților. Unul dintre motive constă în faptul că este nevoie de energie emoțională pentru a întreține curiozitatea, iar dacă acest aport emoțional nu există, atunci copilul nu-și va putea menține treaz interesul. În al doilea rând, lipsa unei educații emoționale îl poate determina pe copil să se simtă neiubit și nepotrivit. În schimb, astfel se poate ajunge la probleme cum ar fi depresia, anxietatea sau o proastă părere de sine. Aceste probleme duc la o energie scăzută, o slabă concentrare, o absență și o scădere a memoriei — toate acestea fiind în strânsă legătură cu capacitatea sa de a învăța.

Pe scurt, sănătatea emoțională a copilului este la fel de importantă ca și IQ-ul său înnăscut atunci când este vorba de învățătură.

11. În ce măsură sănătatea emoțională a copilului afectează capacitatea sa de a învăța la școală?

ROSS: Tare mi-aș dori ca administrațiile școlare să înțeleagă importanța sănătății emoționale a copilului. Profesorii categoric că au priceput asta. Lor li se cere să-i învețe pe niște copii care nu sunt pregătiți să învețe tocmai din pricina acestei lipse de educație emoțională, astfel încât nu sunt în stare să asimileze cunoștințele cuvenite vârstei și clasei de studiu căreia îi aparțin. Mai rău, imaturitatea emoțională duce la un comportament nedorit și la atitudini antiautoritare. Lucratul în asemenea situații imposibile îi descurajează pe profesori, care de-abia așteaptă să iasă la pensie.

Trebuie să găsim căi de a-i ajuta pe profesorii noştri să-şi menţină un moral ridicat. Ei sunt speranţa copiilor care au fost lipsiţi de iubire şi de afecţiune acasă. Evident, trebuie să-i ajutăm şi pe părinţi pentru a depăşi acest moment critic al afecţiunii corecte faţă de copii, însă este realist să-i sprijinim mai întâi pe profesori. Ei sunt deja decişi să-i ajute pe copii trup şi suflet. Marea majoritate a profesorilor sunt persoane extrem de motivate. Mi se pare foarte trist să constat că superiorii lor din multe sisteme de şcolarizare îi descurajează şi îi demoralizează. Adesea, părinţii nu sunt în stare să-şi pregătească din punct de vedere emoţional copiii pentru şcoală, dar vina se dă pe profesori. Şi se creează o anumită stare tensionată, pentru că nu poţi obţine rezultate la învăţătură cu nişte copii care nu sunt dispuşi să înveţe la nivelul vârstei lor.

Trebuie să-i susţinem pe profesorii noştri ori de câte ori avem ocazia. Astfel îi ajutăm pe neprețuiţii noştri copii.

12. *Ne-aţi putea sugera nişte căi pozitive de utilizare a mijloacelor de informare în masă?*

ROSS: Există încă multe emisiuni TV bune, precum şi filme care se dau la televizor, fie dintre cele recente sau din cele mai vechi, inclusiv cele clasice alb-negru. Totul e ca ele să fie disponibile copiilor noştri în momentele în care se pot uita. Aş sugera utilizarea unui video pentru înregistrarea emisiunilor şi a filmelor bune. Mie îmi plac în special acele programe care presupun lecţii de etică şi morală. Multe dintre emisiunile mai vechi tratează pozitiv problemele vieţii.

O prietenă dragă a noastră, Fredrica, este învăţătoare la clasa a doua în Pensacola, Florida. Recent, ne-a spus o poveste revelatoare şi emoţionantă. Una dintre

elevele ei, o fetiță de 7 ani, era extrem de manierată și de atentă cu adulții și cu ceilalți copii. Era iubitoare și cooperantă din toate punctele de vedere.

Într-o zi, Fredrica i-a spus fetiței: „Ai niște maniere atât de frumoase. Precis că provii dintr-o familie care te-a învățat să ai acest comportament minunat." Fetița a răspuns: „Nu. Încerc să-mi formez comportamentul din filmele alb-negru."

Când Fredrica a întrebat-o ce vrea să spună cu asta, copilul a explicat că îi place cum se comportau oamenii între ei în filmele mai vechi și încearcă să procedeze la fel cu cei din jurul ei. Fredrica a fost uluită cum un copil atât de mic poate fi afectat pozitiv într-o asemenea măsură de filmele vechi alb-negru. Da, filmele și emisiunile TV alese cu grijă pot avea un efect pozitiv asupra copiilor noștri.

13. Cât de important este ca părinții să se joace cu copiii?

ROSS: Este absolut fantastic să-ți găsești vreme să râzi, să te distrezi și să trăiești momente palpitante alături de copiii tăi. Noi ne-am împărtășit reciproc experiențele de viață, ne-am creat amintiri și legături strânse.

Pentru mine a fost extrem de important să mă joc cu copiii. Cum tânjesc după vremurile în care băteam mingea cu fiii mei și cu fiica mea, mergeam cu barca sau jucam câte ceva în casă în zilele ploioase! Câtă bucurie și câtă profunzime erau chiar și în acele momente în care își mai pierdeau răbdarea, pentru că erau prea obosiți sau pentru că nu câștigaseră numai ei.

Cu toții privim cu nostalgie spre momentele în care ne-am distrat alături de cei dragi. Pentru că atunci ne-am jucat împreună, suntem încă în stare să ne jucăm și acum, când sunt mari și la casele lor și cercul familiei s-a extins.

EPILOG

Speranța creștină nu depinde de ceea ce ne face lumea, ci de ceea ce facem noi în lume atunci când trăim, ca reacție la marea iubire a lui Dumnezeu pentru noi. Uneori aproape că-L văd pe Iisus Hristos cum ne privește și ne încurajează așa cum a făcut-o cu mulți alți credincioși de-a lungul vremii (cu cei descriși în *Epistola către Evrei a Sf. Apostol Pavel*, 12, 1).

Așa au nevoie și copiii noștri din partea noastră. Noi trebuie să îi susținem și să-i încurajăm în toate eforturile lor. Acesta este mesajul unei educații proactive. Noi suntem majoretele; noi suntem avocații lor. Una dintre cele mai importante descoperiri ale unui studiu din 1999 făcut de Institutul de cercetări Barna se referea la ceea ce-și doresc de fapt copiii pentru ei înșiși.* Pe primul loc se afla iubirea necondiționată. Își doreau niște părinți care să-i susțină permanent.

Copiii își exprimau nevoia de iubire necondiționată prin diverse feluri:

„Să fiu iubit indiferent de ceea ce fac."
„Să simt o strânsă legătură cu părinții mei."
„Să simt că părinții mei mă acceptă așa cum sunt."

---

* George Barna, *Inward, Outward & Upward Ministry That Transforms Lives* (*Interior, exterior & spre cer: clerul care schimbă viețile*), raport prezentat de Barna Research Group, Ventura, California: 1999, pp. 18–23.

Cel de-al doilea lucru pe care și-l doreau copiii era o mai bună comunicare cu părinții. Asta presupunea o interacțiune mai profundă, și nu mai mult timp petrecut pe chestiuni superficiale. În al treilea rând, doreau mai mult timp cu părinții lor. Rareori li se acorda atenția de care aveau nevoie.

Copiii din studiu și-au exprimat și nevoia de respect din partea părinților. Ei tânjesc să ajungă la acea demnitate personală pe care trebuie să le-o întărească în primul rând părinții.

În al cincilea rând, și-au manifestat nevoia de a avea un scop și un sens în viață. Tinerii din ziua de azi caută un înțeles spiritual, ceea ce-i face să exploreze nenumărate direcții total diferite.

Semnificativ este faptul că aceste cinci doleanțe presupun o iubire necondiționată din partea noastră, a părinților, precum și un scop al existenței.

În plus, copiii care au participat la sondajul Barna au spus că și-ar dori o mai mare apropiere emoțională față de familiile lor. Ei se simt adesea izolați de ceilalți membri ai familiei și au nevoie de un sentiment mai puternic de unitate, de securitate și de înțelegere. Își doresc o mai mare loialitate în cadrul celulei familiale.

Cea mai mare temere a celor mai mulți tineri, conform sondajului Barna, este ca părinții să nu divorțeze. Ei doresc să-și vadă părinții exprimându-și un respect mai profund și iubirea reciprocă. Unii copii sunt chinuiți de griji privind violența, sărăcia sau abandonul. Majoritatea trăiesc cu această suferință și teamă prin care se stabilesc legăturile cu părinții și ceilalți membri ai familiei.

S-ar putea să nu aflați niciodată cum reacționează copiii voștri la aceste probleme, dar trebuie să vă asigurați că le oferiți căminul și relațiile personale satisfăcătoare în funcție de nevoile lor profunde, având grijă să existe o

bază potrivită pentru viitorul lor, pentru momentul când vor pleca de acasă și vor pătrunde în lumea adulților.

Scopul nostru este ca în final copiii să devină niște adulți maturi. Și totuși plecarea copiilor din casă nu se întâmplă întotdeauna la 18 (sau 21) de ani. Se petrece treptat. Felul în care abordăm întreaga pregătire a lor, precum și această desprindere treptată a copiilor, va reprezenta diferența capitală dintre suferință și bucurie. Căci desprinderea, ca și pregătirea în mare parte, depinde de acea formă de exprimare profundă a iubirii pe care le-o oferim copiilor noștri zi de zi.

Indiferent că ne părăsesc pentru câteva ore, pentru o săptămână în tabără, pentru un semestru la facultate sau pentru a pătrunde în lumea adulților, ei trebuie să-și ia iubirea și acel sentiment de siguranță pe care le-am implantat în sufletul lor. Astfel ei pot să facă pasul spre alte niveluri de maturizare. Ca părinți proactivi, noi îi pregătim pentru viitor cu dragoste, un sentiment de siguranță, încurajându-i pe măsură ce-i educăm, încă de pe acum.

Dragi părinți, haideți să-i pregătim pentru acea zi în care copiii noștri devin adulți maturi. Să-i încurajăm, să le dăm speranță și copiilor și adolescenților, căci au nevoie de toate acestea cu disperare.

Vă garantez că atunci când veți proceda astfel, când vă veți încuraja copiii spre maturizare, veți constata că a meritat, pentru că e ca și cum ai uda un sol secetos. Ei vor fi capabili să înflorească și pe măsură ce copiii voștri vor crește și vor înflori, vor deveni la rândul lor încurajatorii altor generații cărora le vor oferi noi speranțe.

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

GHID DE STUDIU

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 1

1. În ce măsură forțele care nu țin de voi, ca părinți — adică școala, mijloacele de informare, comunitatea, și chiar Biserica — acționează împotriva valorilor pe care încercați să le insuflați copilului vostru? În ce fel vă complică ele îndatoririle de părinte?

2. Vi s-a întâmplat vreodată să-i comunicați în mod explicit copilului dragostea pe care i-o purtați? Și când îi comunicați această iubire, de ce oare uneori nu o receptează așa cum v-ați dori? Ce vă spun toate acestea despre relația pe care o aveți cu copilul?

3. Pornind de la educația din familie, de la sfaturile celorlalți ori de la cărțile pe care le-ați citit pe această problemă, care stil de educație vă atrage: reacția în raport cu comportamentul sau asigurarea nevoilor, într-o relație de satisfacere reciprocă a trebuinței de ordin afectiv?

BCU "LUCIAN BLAGA" CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

4. În cazul lui Mary, părinții săi nu erau conștienți că principala nevoie a copilului era nesatisfăcută. Analizați cele patru pietre de temelie ale unei educații eficiente. Oare nu cumva nu ați dat destulă atenție vreuneia dintre aceste zone?

5. În care dintre aceste patru zone vă descurcați cel mai bine, și asta pentru că îi înțelegeți nevoile sau pentru că doriți să i le satisfaceți, ori din ambele motive?

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 2

1. Indiferent de vârsta voastră, ce moment vă amintiți în care societatea v-a sprijinit în formarea valorilor copilului? Ce anume ar trebui să schimbați sau să adăugați în lumea actuală a educației pentru a suplini lipsa de sprijin?

2. În ce măsură ați fost influențați de teoriile de modificare a comportamentului? Ce rol are determinarea unui anumit comportament în tehnicile educaționale?

3. În lumina întrebării precedente, oare nu cumva răsplata ori pedeapsa au anticipat nevoile emoționale ale copilului sau motivațiile anterioare? Cum ați putea include mai bine educația emoțională în raport cu reacția față de copilul vostru?

BCU IAȘI - CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

4. De ce credeți că inclusiv copiii creștini, crescuți în familii conservatoare care s-au implicat religios, au ajuns să facă fapte imorale? Nu cumva asta vă determină să vă îndoiți de metoda de educație pe care ați abordat-o?

5. Oare asta indică faptul că stimulentele sub formă de răsplată și pedeapsă pot ulterior să nu mai aibă niciun efect, când copilul ajunge la vârsta adolescenței sau intră la facultate? De ce oare răsplata și pedeapsa în sine nu pot duce la un comportament pozitiv?

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 3

1. Aveți tendința să vă iubiți copiii așa cum credeți că este mai bine sau cum credeți că este mai pe înțelesul lor? În funcție de vârstă, încercați să stabiliți o legătură cu ei astfel încât să aflați cum se simt mai iubiți. Apoi vedeți dacă nu reușiți să puneți în practică aceste informații.

2. De ce credeți că bazele unei iubiri necondiționate vă vor feri să fiți prea aspri sau prea îngăduitori? De ce copilul vă va respecta mai mult, chiar și în privința disciplinei, atunci când există această bază?

3. Concepeți un plan practic de exprimare a iubirii necondiționate față de copil — ceea ce înseamnă independent de comportamentul său. Printr-o observare atentă încercați să determinați starea sa, respectiv dacă rezervorul său emoțional este plin. Recapitulați calitățile pozitive trecute în revistă în acest capitol referitoare la un rezervor plin de iubire.

BCU CENTRU UNIVERSITARY LIBRARY

4. Contactul fizic poate fi obținut prin multe căi potrivite și prezintă nenumărate avantaje pentru copil. Întocmiți o listă a momentelor și ocaziilor, pornind de la nevoile copilului și de la sensibilitățile sale, pentru a-i asigura un contact fizic plin de afecțiune prin care să vă exprimați iubirea.

5. Contactul vizual și concentrarea atenției sunt în strânsă legătură și de importanță capitală pentru binele copilului vostru. Promiteți-vă că veți proceda astfel. De asemenea, reorganizați-vă prioritățile în funcție de calendarul zilnic pentru a petrece mai mult timp doar cu copilul, concentrându-vă asupra nevoilor sale.

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 4

1. Descrieți diferitele motivații când se ajunge la un grad de îngăduință prea mare sau unul de deținere a controlului prea mare. Care este natura temerilor în cazul fiecărei abordări în parte? Care ar putea fi rezultatul oricăreia dintre aceste extreme?

2. Chiar dacă pedeapsa reprezintă fațeta negativă a disciplinei, există atâtea forme pasive la care s-a referit autorul. Explicați valoarea extrem de mare a următoarelor: puterea exemplului, a experiențelor și a sfaturilor verbale. Întocmiți un plan prin care să folosiți toate acestea în mai mare măsură.

3. Gândiți-vă la câteva momente de ostilitate sau de presupusă răzvrătire din partea copilului. Nu cumva ele sunt rădăcina unei cauze mai presus de simpla neascultare pornită de la niște nevoi nesatisfăcute? Cum ați putea analiza mai bine acest comportament pe viitor?

BCU IASI / CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

4. Vi se întâmplă ca deseori, așa cum este cazul multor părinți, să dați ordine și nu să vă exprimați cerințele? Aveți impresia uneori că cerințele v-ar submina autoritatea? De ce blândețea nu este o formă de slăbiciune și care ar fi rezultatele pozitive ce ar decurge din asemenea cerințe spre deosebire de cele negative ale ordinelor?

5. Faceți o listă, atât cu părțile negative, cât și cu cele pozitive ale bătăii. În această lumină, în ce momente o bătaie a fost reacția ideală în relațiile de până acum cu copilul vostru?

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 5

1. Luați o hotărâre în viața copilului vostru care să presupună o gândire atentă pentru identificarea unei concluzii corecte. Rugați-l să-și exprime sentimentele în legătură cu această decizie și ajutați-l să ajungă la ea prin propriul său raționament. Oare valorile și principiile pe care le utilizează sunt corecte?

2. În ce fel l-ați învățat pe copilul vostru ce înseamnă integritatea? Înțelege oare clar conceptele de onestitate, respectarea cuvântului și asumarea răspunderii? Asigurați-vă că el înțelege toate acestea și în contextul practic al vieții de zi cu zi.

3. Mulți dintre noi furnizăm răspunsuri și dăm ordine, dar nu împărtășim copiilor procesul mintal pe care îl utilizăm în educarea lor. Prima dată când veți mai încerca să îi învățați anumite valori, împărtășiți-le și raționamentul punctului vostru de vedere și ascultați (dar și răspundeți) punctelor de vedere ale copilului.

4. Cum ați putea mai bine să-l lăsați pe copil să ia propriile hotărâri? Vorbiți-le despre consecințele și relația dintre răspundere și privilegii. Cum îi puteți explica faptul că sfaturile voastre părintești de fapt nu fac altceva decât să grăbească independența sa?

5. Gândiți-vă la niște momente sau întâmplări din ultima săptămână care ar fi putut rezulta într-un „moment educațional" pentru copilul vostru. Notați felul în care aceste situații ar fi putut duce la un progres pentru copil. Ce situații s-ar mai putea ivi în săptămâna viitoare și cum vă puteți pregăti să-l învățați câte ceva?

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 6

1. Ce s-ar întâmpla dacă ați refuza să-i permiteți copilului să-și exprime verbal mânia sau l-ați determina chiar să țină în el acest sentiment? În ce fel puteți utiliza *pozitiv* mânia copilului pentru a-l ajuta să se dezvolte spre maturizare?

2. Definiți comportamentul agresiv-pasiv. De ce este atât de greu de detectat și de înțeles și care este principala sa cauză?

3. Care este abordarea ideală a mâniei copilului pentru a evita comportamentul pasiv-agresiv?

BCU IAȘI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

4. Măsurați-vă propria reușită în privința depășirii momentelor de mânie ale copilului în aceste trei direcții: necondamnarea sa, concentrarea asupra a ceea ce a făcut bine și ajutarea sa în a-și exprima mânia în mod pozitiv. Ce puteți învăța despre punctele voastre cele mai slabe?

5. În ce măsură încercați să diminuați mânia copilului? Aveți tendința să evitați conflictul? Sau vă ieșiți din fire la rândul vostru? În ce fel acest lucru a dus la reacții nedorite din partea copilului? Cum puteți opri acest cerc vicios?

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 7

1. Faceți-vă un plan de a descoperi cât timp petrece copilul în prezența mijloacelor de informare de masă și care este conținutul acestora. Includeți televizorul, jocurile video, calculatorul, muzica, filmele și materialul scris. Care este evaluarea voastră în privința conținutului în general și în ce fel poate fi afectat copilul?

2. Ce efecte au televiziunea și filmele asupra valorilor copilului sau asupra perspectivei față de lume? Gândiți-vă la diverse emisiuni, scene, actori etc. care au creat reacții pozitive sau negative la copilul vostru. Ce deduceți astfel din rolul mijloacelor de informare în privința dezvoltării morale a copilului?

3. Cercetați lista de sugestii în privința unei utilizări înțelepte a televizorului. Care dintre ele ar reprezenta niște alternative viabile în raport cu efectele nocive ale televiziunii asupra vieții copilului vostru? Promiteți-vă că veți introduce trei dintre aceste opțiuni și în cazul copilului vostru încă de luna viitoare.

4. Dacă există neînțelegeri în privința emisiunilor sau filmelor, luați în considerare și posibilitatea de a vedea împreună cu copiii un program mai dubios care pentru voi este la limită, dar pentru ei este acceptabil. În ce fel ați putea discuta conținutul și înțelege mai bine punctul de vedere al fiecărui copil în parte?

5. Faceți o listă cu cel puțin trei cărți, casete, filme sau programe TV pe care le considerați ca transmițătoare de valori ce ați dori să le comunicați copilului vostru. Încercați să faceți această alegere în strânsă legătură cu lumea în care trăiește copilul vostru. Apoi cumpărați-le, închiriați-le sau împrumutați-le pentru copil, explicându-i de ce vă plac și cerându-i copilului să le citească sau să se uite la ele și apoi să le discutați împreună.

BCU IASI CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

CAPITOLUL 8

1. De ce este imposibil să vă formați din punct de vedere spiritual copilul atâta vreme cât nu i-ați asigurat mediul afectiv necesar? E oare foarte probabil ca respectivul copil să descopere iubirea Domnului dacă ea nu a fost permanent recunoscută și susținută de voi? În același timp, cum puteți stabili o legătură între educația emoțională și cea spirituală?

2. Cu ce emoții negative anterioare sau cu ce lipsă a anumitor emoții pozitive trebuie să se confrunte copilul vostru pentru a înțelege mai bine minunatele adevăruri ale iubirii Domnului față de el? Dacă se poate, vorbiți-i copilului despre obstacolele pe care le va întâlni în potențiala sa dezvoltare spirituală.

3. Împărtășiți-i propriile conversații și experiențe spirituale la nivelul de înțelegere al copilului respectiv. Demonstrați-i că Dumnezeu este dătătorul tuturor lucrurilor bune și că El este Creatorul vieții pe pământ. În ce fel puteți face ca experiențele voastre să devină relevante în raport cu dorințele și nevoile copilului?

4. Copilul trebuie să conștientizeze care sunt chestiunile pe care le susțineți în viața voastră și a celor din jur. Vă rugați împreună? Astfel i-ați putea propune copilului să se roage alături de voi pentru toate nevoile comune. Mulțumiți-I lui Dumnezeu unul pentru celălalt.

5. Copilul vostru este dispus să asculte Biblia cu condiția s-o faceți cât mai interesantă? Biblia este extrem de importantă. Trebuie utilizată atunci când vreți să-i aduceți mângâiere, bucurie, speranță și refugiu copilului vostru. Împărtășiți-i făgăduințele, rugăciunile, poveștile, învățăturile Domnului către el.

BCU IAȘI CENTRALĂ UNIVERSITARĂ

CAPITOLUL 9

1. Autorul subliniază faptul că unii părinți mai în vârstă reușesc prin propria experiență să-i ajute pe părinții mai tineri în momentele dificile cum ar fi depresia la adolescenți. Încercați să aveți cât mai multe legături cu părinții mai cu experiență și profitați de înțelepciunea lor în chestiunile legate de copilul vostru pe care nu le înțelegeți în totalitate.

2. Depresia poate fi prevenită prin atmosfera de acasă, care să fie calmă, optimistă, fără scandaluri, liniștită, plină de iubire și de umor. Care dintre aceste trăsături se aplică și în cazul căminului vostru? În ce fel prezența sau absența cuiva poate afecta cheful sau echilibrul copilului?

3. Definiți diferența dintre o neliniște negativă și una pozitivă. Care sunt neajunsurile fiecărei extreme? În ce fel neliniștea pozitivă sau chiar și stresul pozitiv îl pot ajuta pe copil?

4. De ce adesea e greu de detectat o stare de depresie la copii? Analizați atent lista completă a simptomelor din acest capitol și, dacă vi se pare că există cea mai mică dovadă în această direcție, consultați-vă cu partenerul de viață și cu copilul pentru a afla mai multe amănunte referitoare la o combinație de simptome prezente în orice fază. Oare înseamnă ele o depresie cât de mică?

5. Având în vedere nevoia de atmosferă pozitivă, așa cum descriam anterior, care ar fi cuvintele negative ori atitudinile și influențele nefaste ce pot fi omise din casa voastră și chiar și în afara ei, pentru a minimaliza riscul de depresie la copil? Încercați, de asemenea, să vă concentrați asupra lucrurilor sănătoase care l-ar putea interesa, fascina și încânta pe copil, pornind de la personalitatea sa unică.

BCU IAȘI/CENTRU UNIVERSITAR

CAPITOLUL 10

1. Care este nivelul de motivare al copilului vostru? Este plin de energie și își asumă răspunderea sau se plânge mereu și amână totul? Cum ați putea descrie aptitudinile și atitudinile sale care, combinate, ar influența reacția la mediul înconjurător?

2. Uneori, interpretăm greșit adevărata motivație, nedetectând motivația subconștientă. Începeți prin a vă autoanaliza. Există cumva niște motivații negative pentru un comportament pozitiv sau pentru anumite scopuri? Și acum discutați-le pe cele ale copilului vostru și ajutați-l să-și pună bazele unei motivații corecte.

3. De ce este culmea ironiei că tocmai adulții care în copilărie au fost mai împinși de la spate să reușească și care au trecut prin stări tensionale, răsplată imediată, amenințări, pedepse sau sentiment de nevinovăție sunt cel mai greu de motivat acum? Cum pot toate acestea să acționeze ca obstacole într-o reușită mai mare? Ce element care ar fi mers bine a fost ignorat?

4. De ce maturitatea emoțională în copilărie — stăpânirea stărilor de anxietate, a stresului și depășirea momentelor de schimbare — practic este necesară pentru activitățile mintale, cum ar fi învățătura? În ce măsură o lipsă de iubire sau o inacceptare totală afectează puterea de concentrare, de atenție sau energie a copilului?

5. Pentru ca un copil să se implice pe termen lung în ceva important, el trebuie să preia inițiativa. Care ar fi câteva căi prin care i-ați putea furniza un mediu propice nașterii și dezvoltării acestei inițiative? Trebuie să fiți conștienți că s-ar putea ca inițial să se opună la ceva care însă pe termen lung se adaptează perfect aptitudinilor și atitudinilor sale.

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY

CUPRINS

Primele cuvinte din partea lui Ross 5

1. Cele două metode de educație 7
2. Cum am ajuns aici? 24
3. Prima piatră de temelie: cultivarea iubirii 41
4. Cea de-a doua piatră de temelie: pregătirea și disciplina 62
5. Cea de-a treia piatră de temelie: protejarea împotriva influențelor nefaste 86
6. Cea de-a patra piatră de temelie: controlul mâniei 109
7. Mass-media *versus* părinți 131
8. Pregătirea spirituală a copilului 152
9. Teamă, anxietate și depresie 173
10. Motivarea copilului 193
11. Întrebări și răspunsuri care te pot ajuta să devii un părinte proactiv 214

Epilog 227

Ghid de studiu 231

BOB JONES UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

BCU IASI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

Editor: GRIGORE ARSENE

CURTEA VECHE PUBLISHING
str. Aurel Vlaicu, nr. 35, București
c.p. 020091
tel.: (021)260 22 87, (021)222 57 26
redacție: 0744 55 47 63
fax: (021)223 16 88
distribuție: (021)222 25 36
redactie@curteaveche.ro
www.curteaveche.ro

B-dul Tudor Vladimirescu, nr. 31,
sector 5, București, ROMÂNIA
fedprint
tipografie
Tel.: 411.00.55; 411.47.76 office@fedprint.ro

BCU IAȘI/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

B.C.U. „M. EMINESCU" IAȘI

BCU IAS/CENTRAL UNIVERSITY LIBRARY

2011/1324
22

În lumea actuală, din ce în ce mai tulbure, creșterea copilului este, pentru mulți părinți, ca un joc de noroc – n-avem cum să știm dinainte dacă acesta va urma un drum bun sau greșit în viață. Spre binele copiilor noștri, Ross Campbell ne propune să înlocuim corectarea comportamentului – manifestată, în general, prin pedepsirea copilului și, mai rar, prin acordarea unei recompense – cu educația prin iubire.

Această formă de creștere a copilului este cea mai bună dintre toate. Este vorba de o formă de educație proactivă – și nu reactivă, precum corectarea comportamentului –, ce se bazează pe anticiparea și satisfacerea nevoilor elementare ale copilului. Prima și cea mai importantă este nevoia de afecțiune. Iubindu-ne copilul necondiționat, avem toate șansele să-i insulfăm valorile noastre, așa cum, de altfel, își dorește orice părinte.

Ross Campbell – medic psihiatru, consilier și autor de succes – recomandă, prin intermediul acestei cărți, o metodă de educație axată pe responsabilizarea copilului și dezvoltarea personalității lui. Sugestiile practice, împletite cu povești edificatoare și trecute prin filtrul emoțional al autorului, alcătuiesc un manual prețios care ne poate ajuta să devenim părinți ideali.

FAMILIA LA CURTEA VECHE

Din aceeași colecție, editorul recomandă:

Pat Spungin
Nopți liniștite

Gary Chapman & Jennifer Thomas
Cele cinci limbaje ale scuzelor

Gary Chapman
Cele cinci limbaje ale iubirii. Ediția pentru bărbați

CURTEA VECHE & FAMILIA
pentru a comanda online sau pentru lista completă a titlurilor publicate la Curtea Veche, vizitează **www.curteaveche.ro**

Designul copertei: griffon.ro

GRIFFON AND SWANS BOOKS

Curtea veche

începi să afli
ISBN 978-606-588-187-7
www.curteaveche.ro